

**PERBEDAAN TINGKAT KECERDASAN SPIRITUAL
BERDASARKAN KEBIASAAN LATIHAN SENAM
KECERDASAN SISWA SMA AL-HASANIYYAH JRAGUNG
KARANGAWEN DEMAK**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana
dalam Ilmu Ushuludin
Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi (TP)



Oleh:

M. FARID MUZAKKI
NIM : 134411054

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2018**

DEKLARASI

Dengan penuh tanggung jawab dan kejujuran penulis menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil penelitian sendiri yang belum pernah atau diterbitkan oleh orang lain guna memperoleh gelar kesarjanaan. Demikian juga bahwa skripsi ini tidak berisi pemikiran orang lain kecuali yang dicantumkan dalam referensi sebagai bahan rujukan. Demikian deklarasi ini penulis buat dengan sebenarnya.

Semarang, 11 Januari 2018

Penulis



M. FARID MUZAKKI

NIM : 134411054

**PERBEDAAN TINGKAT KECERDASAN SPIRITUAL BERDASARKAN
KEBIASAAN LATIHAN SENAM KECERDASAN SISWA SMA AL-
HASANIYYAH JRAGUNG KARANGAWEN DEMAK**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana

Dalam Ilmu Ushuludin

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi (TP)



Oleh:

M. FARID MUZAKKI

NIM : 134411054

Semarang, 11 Januari 2018

Disetujui oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. H. Sulaiman Al Kumayi, M.Ag

NIP. 19730627 200312 1003


Fitriyati, S.Psi., M.Si

NIP. 19690725 200501 2002

NOTA PEMBIMBING

Lamp : 3 (tiga) eks.

Hal : **Naskah Skripsi**

An. Sdri. M. Farid Muzakki

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah saya meneliti dan mengadakan perbaikan seperlunya, bersama ini saya kirim naskah saudara:

Nama : **M. Farid Muzakki**

Nomor Induk : 134411054

Judul : Perbedaan Tingkat Kecerdasan Spiritual Berdasarkan
Kebiasaan Latihan Senam Kecerdasan SMA Al-
Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak

Dengan ini saya mohon kiranya skripsi saudara tersebut dapat segera dimunaqosahkan.

Demikian harap menjadi maklum.


Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 11 Januari 2018

Disetujui oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. H. Sulaiman Al Kumavi, M.Ag

NIP. 19730627 200312 1003



Fitriyati, S.Psi., M.Si

NIP. 19690725 200501 2002

PENGESAHAN

Skripsi saudara M. FARID MUZAKKI, Nomor Induk Mahasiswa 134411054 dengan judul : "Perbedaan Tingkat Kecerdasan Spiritual Berdasarkan Kebiasaan Latihan Senam Kecerdasan SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak" telah dimunaqosahkan oleh Dewan Penguji Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal :

11 Januari 2018

Dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S.1) dalam ilmu Ushuluddin dan Humaniora Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi (TP).



Pembimbing I

Dr. H. Sulaiman Al Kumavi, M.Ag

NIP. 19730627 200312 1003

Pembimbing II

Fitriyati, S.Psi., M.Si

NIP. 19690725 200501 2002

Prof. Dr. F. M. Amin Syukur, M.A.

NIP. 19520717 198003 1004

Penguji II

Sri Rejeki S.Sos.I., M.Si.

NIP. 19790304 200604 2001

Sekretaris Sidang

Hj. Sri Purwaningsih, M.Ag

NIP. 19700524 199803 2002

MOTTO

من جد وجد

Barang siapa yang bersungguh-sungguh maka akan berhasil

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB LATIN

Penulisan transliterasi Arab-latin dalam penelitian ini menggunakan pedoman transliterasi dari keputusan bersama Menteri Agama RI dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI No. 150 tahun 1987 dan No. 0543b/U/1987.

Secara garis besar uraiannya sebagai berikut :

1. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dialambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lain lagi dengan huruf dan tanda sekaligus. Di bawah ini daftar huruf Arab itu dan Transliterasinya dengan huruf latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṡ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	zal	Ẓ	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	zai	Z	Zet
س	sin	S	Es
ش	syin	Sy	es dan ye
ص	sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	koma terbalik (di atas)

غ	gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	qaf	Q	Ki
ك	kaf	K	Ka
ل	lam	L	El
م	mim	M	Em
ن	nun	N	En
و	wau	W	We
هـ	ha	H	Ha
ء	hamzah	'	Apostrof
ي	ya	Y	Ye

2. Vokal

Vokal adalah bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

a. Vokal tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
---َ---	Fathah	A	A
---ِ---	Kasrah	I	I
---ُ---	Dhammah	U	U

b. Vokal rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
--َـي	fathah dan ya`	ai	a-i
--َـو	fathah dan wau	au	a-u

kataba	كَتَبَ	- yazhabu	يَذْهَبُ
fa'ala	فَعَلَ	- su'ila	سُئِلَ
zukira	ذُكِرَ	- kaifa	كَيْفَ
- haula	هَوَّلَ		

3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
آ	fathah dan alif	Ā	a dan garis di atas
يَ	fathah dan ya	Ā	a dan garis di atas
يِ	kasrah dan ya	Ī	i dan garis di atas
وُ	Dhammah dan wawu	Ū	U dan garis di atas

Contoh:

قَالَ	-	qāla
رَمَى	-	ramā
قِيلَ	-	qīla
يَقُولُ	-	yaqūlu

4. Ta Marbutah

Transliterasi untuk ta marbutah ada dua:

- a. Ta marbutah hidup

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasrah dan dhammah, transliterasinya adalah /t/.

- b. Ta marbutah mati

Ta marbutah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/.

- c. Kalau pada kata yang terakhir dengan ta marbutah diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al serta bacaan kedua kata itu terpisah maka ta marbutah itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ	- rauḍah al-aṭṭfāl
رَوْضَةُ الْأَطْفَالِ	- rauḍatul aṭṭfāl
المدينة المنورة	- al-Madīnah al-Munawwarah atau al-Madīnatul Munawwarah
طلحة	- Ṭalḥah

5. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tanda tasydid, dalam transliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh:

رَبَّنَا	-	rabbanā
نَزَّلَ	-	nazzala
الْبِرِّ	-	al-birr
الْحَجِّ	-	al-hajj
نَعَمْ	-	na''ama

6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال namun dalam transliterasi ini kata sandang dibedakan atas kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah dan kata sandang yang diikuti oleh huruf qamariah.

a. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiah

Kata sandang yang diikuti oleh huruf syamsiah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf /l/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

b. Kata sandang yang diikuti huruf qamariah

Kata sandang yang diikuti huruf qamariah ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai pula dengan bunyinya.

Baik diikuti oleh huruf syamsiah maupun huruf qamariah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan kata sandang.

Contoh:

الرَّجُلِ	-	ar-rajulu
السَّيِّدَةِ	-	as-sayyidatu

الشَّمْس	-	asy-syamsu
القلم	-	al-qalamu

7. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa hamzah ditransliterasikan dengan apostrof, namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Bila hamzah itu terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

تَأْخُذُونَ	-	ta'khuẓūna
النَّوْءُ	-	an-nau'
شَيْءٌ	-	syai'un

8. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fi'il, isim maupun harf, ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

وَ إِنَّ اللَّهَ هُوَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ	Wa innallāha lahuwa khair arrāziqīn
	Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn
فَأَوْفُوا الْكَيْلَ وَ الْمِيزَانَ	Fa aufu al- kaila wal mīzāna
	Fa auful kaila wal mīzāna
إِبْرَاهِيمَ الْخَلِيلَ	Ibrāhīm al-khalīl
	Ibrāhīmul khalīl
بِسْمِ اللَّهِ بِحَرِّهَا وَمُرْسَهَا	Bismillāhi majrēhā wa mursahā
وَلِلَّهِ عَلَى النَّاسِ حِجُّ الْبَيْتِ	Walillāhi 'alan nāsi hijju al-baiti
مَنْ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا	Manistaṭā'a ilaihi sabīlā

9. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, di antaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

وَمَا مُحَمَّدٌ إِلَّا رَسُولٌ Wa mā Muḥammadun illā rasūl

إِنَّ أَوَّلَ بَيْتٍ وُضِعَ لِلنَّاسِ لَلَّذِي بِبَكَّةَ مُبَارَكَةٌ

Inna awwala baitin wuḍ'a linnāsi lallaẓī bi Bakkata mubārakatan

شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنْزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ

Syahrū Ramaḍāna al-laẓī unẓila fihi al-Qur'ānu, atau

Syahrū Ramaḍāna al-laẓī unẓila fihil Qur'ānu

وَلَقَدْ رَءَاهُ بِالْأُفُقِ الْمُبِينِ Wa laqad ra'āhu bi al-ufuq al-mubīni

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ Alḥamdu lillāhi rabbi al-'ālamīna, atau

Alḥamdu lillāhi rabbil 'ālamīna

Penggunaan huruf kapital Allah hanya berlaku bila dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain, sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak digunakan.

Contoh:

نَصْرُ مِنَ اللَّهِ وَفَتْحٌ قَرِيبٌ Naṣrun minallāhi wa fathun qarīb

لِلَّهِ الْأَمْرُ جَمِيعًا Lillāhi al-amru jamī'an

Lillāhil amru jamī'an

وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ Wallāhu bikulli sya'in alīm

10. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan Ilmu Tajwid. Karena itu, peresmian pedoman transliterasi Arab Latin (versi Internasional) ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillahirrahmanirrahim

Assalāmu'alaikum Wr. Wb

Segala puji, dan rasa syukur serta Rahmat dan KaruniaMu Sang Maha Rahmah dan Maha Rahim Allah SWT. Sepenuhnya menyadari bahwa Ialah Sang Maha Pencipta alam semesta. Segalanya merupakan bukti Kebesaran dan Eksistensi-Nya. Ialah yang sepenuhnya mengetahui serta menguasai segala-galanya. Maka tidak ada kekuatan dahsyat kecuali kekuatan Allah Yang Maha Kuasa, sehingga peneliti dapat menyusun skripsi ini.

Yang terkasih, Baginda Agung Muhammad Rasulullah SAW. Shalawat serta salam yang senantiasa tercurahkan kepada engkau sang penerang seluruh umat, yang telah menuntun jiwa-jiwa yang kehausan akan syafa'atmu. Semoga Allah SWT senantiasa selalu meridhoi seluruh keluarga dan sahabat beliau yang telah memperjuangkan risalah-risalah yang telah disampaikan dengan berjihad yang sebenar-benarnya sehingga menjadi tauladan bagi umat mausia yang ingin maiti jalan menuju ridhanya.

Penelitian berjudul **“Perbedaan Tingkat Kecerdasan Spiritual Berdasarkan Kebiasaan Latihan Senam Kecerdasan SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karabngawen Demak”** ini merupakan karya ilmiah menjadi salah satu syarat guna meraih gelar Sarjana Stara Satu (S1) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.

Dengan latar belakang peniliti sebagai hamba Allah yang masih jauh dari kata sempurna, dalam setiap usaha tidak terlepas dari arahan motivasi, bimbingan, saran-saran serta bantuan-bantuan dari beberapa

pihak. Oleh karena itu, dengan selesainya skripsi ini peneliti menyampaikan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Prof. Dr. H. Muhibbin, M.Ag. selaku Rektor UIN Walisongo Semarang
2. Dr. H.M. Mukhsin Jamil, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
3. Bapak Dr. H. Sulaiman Al-Kumayi, M.Ag. dan Ibu Fitriyati, S. Psi., M. Si. Selaku dosen pembimbing I dan dosen pembimbing II sekaligus Kajur dan Sekjur Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Peneliti sangat bangga serta mencintai jurusan ini dan mendapat kesempatan untuk berproses di dalamnya, sehingga telah membantu dalam membentuk karakter sebagai mahasiswa yang mengerti akan makna pengabdian tulus serta dedikasi tinggi. Maka, semoga jurusan ini akan menjadi jurusan yang semakin luar biasa dicintai oleh semua kalangan.
4. Para dosen pengajar di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yang telah memberikan ilmu-ilmunya, dan mampu menjadikan jati diri Fakultas ini sebagai fakultas yang unggul dari segi ilmu yang berkarakter.
5. Kepada sekolah SMA Al-Hasaniyyah Jragung Demak. Terima kasih atas bantuan dukungannya khususnya ketika peneliti melakukan penelitian.
6. Keluarga Besar Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia-RTD seluruh Indonesia, Kang Tata Karwata selaku pimpinan pusat. Mas Shonnief Hidayat selaku Penanggung jawab dan pelatih di Unit Walisongo Semarang, dan Akbar Rijalu Ramadhani selaku

pimpinan di Unit Walisongo Semarang, beserta para kawan-kawan yang tergabung. Terima kasih sebesar-besarnya atas partisipasi dan dukungannya.

7. Teman-teman seperjuangan jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, khususnya angkatan 2013. Terima kasih telah menjadi saudara dan terima kasih atas dukungan dan kerjasamanya selama ini.
8. Dan Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah menjadi motivator serta pihak yang membantu peneliti dalam menyusun dan menyelesaikan penelitian ini.

Seiring waktu berjalan, peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, dan semoga penelitian ini dapat memberi manfaat untuk semua yang membaca. Amin.

Wassalāmu 'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 11 Januari 2018

Penulis

PERSEMBAHAN

Atas dasar rasa cinta yang mendalam dan ketulusan hati, skripsi ini penulis persembahkan kepada:

- Engkau yang tercinta, **AYAH dan IBUku** dengan segala pengorbanan, perjuangan, ketulusan, cinta dan kasih sayang yang selalu memberikan doa dan segala dukungannya, baik dalam segi moral, spiritual serta material. Kalian adalah satu-satunya alasan untuk tetap bertahan dari semua yang dihadapi. Trimakasih telah sabar menghadapiku yang seperti ini.
- Untuk kedua saudaraku, Nasrur dan Kafa yang selalu memberi doa dan dukungan. Tetaplah menjadi persaudaraan kita agar terwujud harmonisasi cinta.
- Senior-seniorku Mas shonnief, Mbah kholik, Mas Fadhil, Mas Rois, Mba Widia, Mas Zaenal, Mas Agus, yang telah memberikan bimbingan, semangat serta pelajaran berharga selama ini.
- Kawan – kawanku CSP RTD Semarang semuanya tanpa terkecuali. Terima kasih telah memberi warna dan menjadi teman sharing, ngopi selama ini.
- Sahabat TP 2013 terutama sahabat TP-I 2013, serta seluruh mahasiswa Jurusan Taawuf dan Psikoterapi 2013 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Perjuangan yang telah kita lewat bersama adalah bukti solidaritas yang nyata.
- Yang selalu ku banggakan Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM RTD) Semarang. Tanpamu aku tidak ada dalam keberadaanku sekarang.
- Yang aku cintai Himpunan Mahasiswa Tasawuf dan Psikoterapi. Bersamamu aku menemukan arti apa itu cinta, dedikasi, dan pengabdian yang sesungguhnya. NOT BECAUSE TP BUT BECAUSE LOVE TP.
- Kepada semua yang mengenal ku, keadaan mu menghiasi ku, keadaan mu menyekutkan ku, keadaan mu membuat diri ku ada. Tuhan pencipta Alam sampaikan salam ku kepada mereka..

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN DEKLARASI	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN TRANSLITERASI	vii
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH	xiii
PERSEMBAHAN	xvi
DAFTAR ISI	xvii
HALAMAN ABSTRAKSI	xix
DAFTAR TABEL	xx
DAFTAR GAMBAR	xxi
DAFTAR LAMPIRAN	xxii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	9
D. Kajian Pustaka	10
E. Sistematika Penulisan	14

BAB II TINJAUAN UMUM TENTANG KECERDASAN SPIRITUAL DAN SENAM KECERDASAN

A. Kecerdasan Spiritual	17
1. Apa itu Kecerdasan Spiritual.....	17
2. Fungsi Kecerdasan Spiritual	25
3. Karakteristik atau Ciri-ciri Kecerdasan Spiritual	26
4. Parameter dan Indikator Kecerdasan Spiritual	31
5. Perbedaan Cerdas Spiritual dengan Sikap Religi	32
6. Faktor yang Menghambat dan yang Mendukung Kecerdasan Spiritual	32
B. Senam Kecerdasan	34
1. Pengertian Senam Kecerdasan	34
2. Sejarah Senam Kecerdasan	36
3. Manfaat Senam Kecerdasan	40

4. Konsep yang Terkait dengan Senam Kecerdasan	43
5. Cara Kerja Senam Kecerdasan	70
C. Pengaruh Senam Kecerdasan dengan Senam Kecerdasan	77
D. Hipotesis	81
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .	
A. Jenis Penelitian	82
B. Variabel Penelitian	83
C. Devinisi Operasional	84
D. Populasi dan Sampel	88
E. Teknik Pengumpulan Data	90
F. Teknik Analisis Data	93
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	94
1. Profil Sekolah SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Semarang	94
2. Visi dan Misi SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak	95
3. Sarana dan Prasarana Sekolah SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak	96
4. Daftar Guru SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak	96
5. Deskriptif Penelitian	97
B. Hasil Penelitian	101
1. Uji Normalitas	101
2. Uji Homogenitas	102
3. Uji Hipotesis	103
C. Pembahasan	106
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	110
B. Saran	111
C. Penutup	112
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

ABSTRAK

Penelitian berjudul “Peningkatan Kecerdasan Spiritual Berdasarkan Kebiasaan Latihan Senam Kecerdasan SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen” yang bertujuan mengetahui pengaruh Senam Kecerdasan Terhadap peningkatan Kecerdasan Spiritual SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak.

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan jenis penelitian komparasi. Subjek penelitian ini adalah kelompok siswa yang mengikuti senam kecerdasan (kelas XI SMA Al-Hasaniyyah), yang berjumlah 39 orang dan kelompok siswa yang tidak mengikuti senam kecerdasan (kelas X SMA Al-Hasaniyyah), yang berjumlah 20 orang. Adapun pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran skala, yang kemudian data tersebut dianalisis menggunakan *Uji T Independent* dengan bantuan SPSS (*Statistical Program for Social Service*) versi 16.0 for Windows.

Hasil uji hipotesis Independent Sample Test diperoleh nilai signifikansi dengan angka 0,002 yang berarti data signifikan karena lebih kecil dari 0,05. Dari hasil perhitungan ini maka dapat diketahui bahwa hipotesis diterima karena nilai probabilitas lebih kecil dari 0,05. Hasil perhitungan uji analisis Independent Sampel Test diperoleh nilai t sebesar 3,185 sehingga dapat disimpulkan bahwa metode senam kecerdasan yang sangat efektif untuk meningkatkan kecerdasan spiritual siswa SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak. **Kata Kunci:** Senam Kecerdasan, Kecerdasan Spiritual.

DAFTAR TABEL

TABEL 2.1	Biofield dan Ciri-cirinya	47
TABEL 2.2	Fungsi Psikologis Pada Psikolobus	60
TABEL 2.3	Hubungan Pusat Energi, Aspek Psikologis, dengan Fungsi Mekanisasi Bioenergi	69
TABEL 2.4	Tahap Gerakan Senam Kecerdasan	73
TABEL 3.1	Jumlah Siswa-siswi MA Al Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak ..	89
TABEL 3.2	Skor Skala Likert	91
TABEL 3.3	Blue Print Skala Kecerdasan Spiritual	92
TABEL 4.1	Descriptive Data Kecerdasan Spiritual Kelas X dan Kelas XI Menurut SPSS versi 16.0	98
TABEL 4.2	Klasifikasi kecerdasan spiritual siswa kelas XI SMA Al Hasaniyyah	100
TABEL 4.3	Klasifikasi kecerdasan spiritual siswa kelas X SMA Al-Hasaniyyah	100
TABEL 4.4	One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test ..	102
TABEL 4.5	Test of Homogeneity of Variances 1	03
TABEL 4.6	ANOVA	103
TABEL 4.7	Group Statistics	104
TABEL 4.8	Independent Samples Test	105

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR 2.1	Lapisan-lapisan Biofield dalam Tubuh	55
GAMBAR 2.2	Analogi Sistem Psikolobus	58
GAMBAR 2.3	Letak Psikolobus Pada Tubuh Serta Warna Pancarannya	61
GAMBAR 2.4	Pemodelan Psikolobus	63
GAMBAR 2.5	Bagian-bagian Psikolobus	64
GAMBAR 2.6	Putaran Psikolobus	66
GAMBAR 2.7	Psikolobus Super Mayor	68
GAMBAR 2.8	Arah Control Psikolobus	76

DAFTAR LAMPIRAN-LAMPIRAN

LAMPIRAN A : Skala Kecerdasan Spiritual

LAMPIRAN B : Skor Nilai Hasil Penelitian

LAMPIRAN C : Hasil SPSS 16.0 *For Windows*

LAMPIRAN D : Tabulasi Skor Skala Kecerdasan Spiritual

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Cerdas adalah sempurna perkembangan akal budi (untuk berfikir, mengerti dan sebagainya), tajam pikiran. Kecerdasan adalah kesempurnaan perkembangan akal budi (seperti kepandaian, ketajaman pikiran). Sedangkan kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang berkenaan dengan hati dan kepedulian antar sesama, makhluk lain, dan alam sekitar berdasarkan keyakinan akan adanya Tuhan Yang Maha Esa.¹

Kecerdasan adalah suatu yang berdiam diri dalam manusia itu sendiri. Kecerdasan bisa saja diartikan semacam kemampuan, ketangkasan, keahlian, kecerdikan. Ini yang diungkapkan oleh Danah Zohar dan Ian Marshall dalam bukunya yang berjudul *SQ: memanfaatkan kecerdasan spiritual dalam berfikir integralistik dan holistic untuk memaknai kehidupan*.²

Sedangkan menurut Ari Ginanjar Agustin, kecerdasan spiritual adalah kemampuan untuk memberi makna spiritual terhadap pemikiran, perilaku, dan kegiatan,

¹ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Tiga* (Jakarta: Balai pustaka 2007), hlm. 209.

² Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ: memanfaatkan kecerdasan spiritual dalam berfikir integralistik dan holistic untuk memaknai kehidupan* (Bandung: mizan, 2002), hlm. 3.

serta mampu menyinergikan kecerdasan intelektual atau dikenal juga dengan *Intelektual Quotient* (IQ), kecerdasan emosional atau dikenal juga dengan *Emotional Quotient* (EQ) dan kecerdasan spiritual atau dikenal juga dengan *Intelektual quotient* atau dikenal juga dengan *Spiritual Quotient* secara komperatif.³

Pada saat ini semua kecerdasan dapat di kaitkan dengan tiga kecerdasan. Ketiga kecerdasan itu adalah kecerdasan otak (IQ), kecerdasan emosional (EQ), dan kecerdasan Spiritual (SQ). Kecerdasan-kecerdasan tersebut memiliki fungsi masing-masing yang dibutuhkan dalam hidup di dunia. Dalam rangka mencapai pendidikan, Islam mengupayakan pembiasaan seluruh potensi manusia secara serasi dan seimbang. Dengan terbinanya seluruh potensi yang dimiliki yaitu potensi spiritual, kecerdasan, perasaan dan kepekaan.

Dalam hal ini, melihat dari tiga kecerdasan yang ada bahwa kecerdasan spiritual (SQ) merupakan landasan yang diperlukan untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif, bahkan SQ merupakan kecerdasan tertinggi seseorang.⁴Orang yang memiliki kecerdasan spiritual biasanya memiliki

³ Ari Ginanjar, *Rahasia sukses membangkitkan ESQ*, (Jakarta: Agra publishing, 2007), hlm. 13.

⁴ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Op.Cit* hlm. 4.

dedikasi kerja yang tulus dan jauh dari kepentingan pribadi (egoisme), apalagi bertindak dzalim pada orang lain.⁵

SQ kolektif dalam masyarakat modern adalah rendah. Kita berada budaya yang secara spiritual bodoh yang ditandai oleh materialism, ketergesaan, egoisme diri yang sempit, kehilangan makna dan komitmen. Namun, sebagai individu, kita dapat meningkatkan SQ kita, evolusi lebih jauh dari masyarakat bergantung pada individu yang melakukan peningkatan itu. Secara umum, kita dapat meningkatkan SQ kita dengan meningkatkan penggunaan proses tersier psikologis kita yaitu kecenderungan kita untuk bertanya mengapa, untuk mencari keterkaitan antara segala sesuatu, untuk membawa kepermukaan asumsi-asumsi mengenai makna dibalik atau di dalam sesuatu, menjadi lebih suka merenung, sedikit menjangkau di luar diri kita, bertanggungjawab, lebih sadar diri, lebih jujur terhadap diri sendiri, dan lebih pemberani.⁶

Pada dasarnya manusia adalah makhluk spiritual, karena selalu didorong oleh kebutuhan untuk pertanyaan “mendasar” atau “pokok” mengapa saya dilahirkan? Apakah makna hidup? Buat apa saya melanjutkan hidup saat saya lelah, depresi atau merasa terkalahkan? Apakah yang dapat

⁵ Suharsono, *Melejitkan IQ, EQ, SQ*, (Tangerang: Ummah Publishing, 2009), hlm. 240.

⁶ Danah Zohar dan Ian Marshall *Op.Cit*, hlm. 14.

membuat semua berharga? Kita diarahkan, bahwa ditentukan oleh suatu kerinduan yang sangat manusiawi untuk menentukan makna nilai dari upaya atau yang membawa kita melampaui diri kita dan keadaan saat ini, sesuatu yang membuat kita dan perilaku kita bermakna.⁷

Fenomena terbesar mengenai kehidupan spiritual manusia adalah kecenderungan manusia untuk menuju sifat-sifat Ilahiah asmaul husna. Ia akan bahagia atau terharu apabila titik spiritualnya tersentuh. Ini membuktikan bahwa kecerdasan spiritual seseorang itu sangat penting.⁸ Firman Allah dalam Al-Ahzab ayat 15:

وَلَقَدْ كَانُوا عَاهِدُوا اللَّهَ مِنْ قَبْلُ لَا يُؤَلُّونَ الْأَدْبَرَ ۖ وَكَانَ عَهْدُ اللَّهِ
مَسْئُولًا

Artinya:

"Dan Sesungguhnya mereka sebelum itu telah berjanji kepada Allah: "Mereka tidak akan berbalik ke belakang (mundur)". dan adalah Perjanjian dengan Allah akan diminta pertanggungjawabnya."

Untuk mendapatkan hasil yang optimal dari proses belajar, hendaknya lembaga pendidikan sekolah dapat melaksanakan juga pembinaan spiritual pada siswa,

⁷ Danah Zohar dan Ian Marshall *Op.Cit*, hlm. 4.

⁸<http://www.sarjanaku.com/2013/01/kecerdasan-spiritual-perspektif-menurut.html>. Diakses pada rabu,23/10/2017, 12:02.

pembinaan spiritual dimaksudkan sebagai jalan atau cara untuk menyikapi spiritual manusia melalui latihan-latihan yang bersifat fisik maupun nonfisik. Latihan-latihan tersebut di antaranya melakukan senam kecerdasan, puasa, mendirikan shalat dengan baik, berzdikir dan mujahadah dalam menekan hawa nafsu. Dari pembinaan proses spiritual ini, maka siswa tidak hanya memperoleh kecerdasan intelektual (IQ) saja melainkan juga mendapatkan kecerdasasn spiritual (SQ).

Senam kecerdasan merupakan sebuah model yang bisa menjadi alternatif baru dalam pengembangan karakter siswa yang lebih kuat dan unggul. Metode dalam senam kecerdasan akan mempengaruhi perkembangan karakter dan kecerdasan seseorang, tidak hanya kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosional, begitu juga dalam meningkatkan kecerdasan spiritual. Melalui senam kecerdasan akan mengembangkan proses tumbuh kembang kepribadian seseorang dalam proses yang berjalan secara terus menerus dan menjadi *traits* dan karakter yang permanen dalam perkembangan kepribadian yang *mature* dan utuh.

Senam kecerdasan adalah suatu hal yang melalui gerakan-gerakan tubuh tertentu dan pengolahan pernafasan yang dapat mengolah semua sumber energi dalam tubuh dan luar tubuh secara simultan. Sistem yang terintegrasikan dan energi yang lebih berkualitas dapat di olah melalui sebuah

proses dekonstruksi dan rekonstruksi sumber daya energi dan aliran energi sedemikian logis, sistematis dan konsisten.⁹

Dengan senam kecerdasan yang menggunakan gerakan-gerakan tubuh yang benar dan pengolahan napas yang tepat, serta mempertimbangkan tubuh sebagai medan energi dalam dan luar tubuh, akan menumbuhkan dan mengembangkan tubuh biologis, tubuh kimiawi dan fisika, serta tubuh psikologis dalam proses mencapai kesadaran kosmik.

Psikolobus sebagai medan energi tubuh dalam aktifitas senam kecerdasan dikembangkan secara optimal dan terintegrasi dalam kualitas medan energi yang berproses secara terus menerus, proses ini menjadi proses berbeda (peningkatan kualitas terus menerus terjadi) yang tidak bisa terpisahkan dalam setiap titik-titik psikolobus. Hal ini mengembangkan semua potensi dan kompetensi dalam struktur dan dinamika kepribadian seseorang secara konsisten dan komprehensif.¹⁰

Senam kecerdasan akan melatih dan mengembangkan kesadaran yang lebih tinggi, akan membuat seseorang bertumbuh dan berkembang dalam kepribadian seseorang menjadi :

⁹ Proposal, *senam kecerdasan dalam multidisiplin ilmu*, LPM2RTD, hlm. 3.

¹⁰ Proposal, *Ibid*, hlm. 7.

- 1) Memiliki sifat pemimpin
- 2) Menyukai tantangan
- 3) Mampu mengambil keputusan dan resiko
- 4) Menjadikan diri sendiri sebagai sahabat terbaik
- 5) Mampu mengendalikan stress

Melalui senam kecerdasan, kita menjadi lebih memahami arti dan makna ‘kecerdasan’ sebagai sebuah sistem yang terintegrasi hasil pengelolaan ego, emosi dan memori yang sudah diperbaiki yang didukung oleh kreatifitas, intuisi, integritas dan *wisdom* dalam bagian yang tidak terpisahkan dan terkait satu sama lain. Senam kecerdasan juga memberikan kesempatan kepada manusia untuk memahami spiritualitas dalam kualitas yang begitu tinggi melampaui daya nalar yang selama ini terkungkung oleh aturan dan doktrin yang kaku. Keyakinan (*belief*) dan keimanan (*faith*) sebagai mahluk ciptaan yang membutuhkan spiritualitas menjadi tak terbantahkan, kemudian dapat dibuktikan secara logis dan sistematis dengan memahami prinsip dan asas cara kerja medan energi dalam tubuh manusia dan alam semesta.

MA Al-Hasaniyyah Jragung, karangawen, Kabupaten Demak adalah salah satu sekolahan yang melakukan senam kecerdasan dalam satu minggu sekali tepatnya pada hari jum’at pagi, guna untuk menjadikan pendidikan yang berkarakter. Pendidikan karakter sebagai salah satu reformasi pendidikan saat ini telah menjadi perhatian berbagai negara dalam rangka mempersiapkan generasi yang berkualitas,

bukan hanya untuk kepentingan individu warga negara, tetapi juga untuk warga masyarakat secara keseluruhan. Pendidikan karakter dapat diartikan sebagai *the deliberate us of all dimensions of school life to foster optimal character development* (usaha kita secara sengaja dari seluruh dimensi kehidupan sekolah/madrasah untuk membantu pembentukan karakter secara optimal).¹¹

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang harus dipenuhi guna menunjang kehidupannya di masa yang akan datang dalam menghadapi tantangan-tantangan yang terjadi pada era globalisasi saat ini. Dalam undang-undang system Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 bab 2 pasal 3 dijelaskan bahwa:

Pendidikan berfungsi mengembangkan kemampuan dan bentuk watak serta peradaban bangsa yang martabatnya dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik menjadi manusia yang beriman dan bertawakkal kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang berdemokrasi serta bertanggung jawab.¹²

Pendidikan bertujuan untuk menciptakan manusia yang cerdas, cakap dan kreatif. Karena pda dasarnya

¹¹ Proposal, *Ibid*, hlm. 2.

¹² Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 *Tentang System Pendidikan Nasional (SISDIKNAS)*, (Jakarta: Citra Umbara, 2003), hlm. 5.

pendidikan adalah salah satu proses untuk membantu manusia dalam mengembangkan dirinya, sehingga mampu menghadapi segala perubahan dan permasalahan yang dihadapinya. Namun perkembangan dan kemajuan seseorang tidaklah cukup hanya mengandalkan kecerdasan intelektual yang mengandalkan kemampuan berlogika semata.

Dari latar belakang yang dijelaskan maka penulis tertarik untuk meneliti mengenai **“Perbedaan Tingkat Kecerdasan Spiritual Berdasarkan Kebiasaan Latihan Senam Kecerdasan Siswa MA Al-Hasaniyyah Demak”**

B. Rumusan Masalah

Adakah Perbedaan Tingkat Kecerdasan Spiritual Berdasarkan Kebiasaan Latihan Senam Kecerdasan Siswa MA Al-Hasaniyyah Demak ?

C. Tujuan Dan Manfaat penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari peneliti ini untuk menguji perbedaan tingkat kecerdasan spiritual berdasarkan kebiasaan latihan senam kecerdasan.

2. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat terhadap ilmu dan pengembangan pendidikan. Serta memberikan manfaat bagi pihak sekolahan khususnya mengenai tingkat kecerdasan spiritual

berdasarkan latihan senam kecerdasan. Selain itu diharapkan juga menjadi bahan masukan untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

D. Tinjauan Pustaka

Untuk menunjukkan keaslian penelitian ini, peneliti mencantumkan tiga karya yang sudah ada, yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Lilik Maftukhatul Mukhoyyaroh (11107004) mahasiswa STAIN Salatiga dengan judul “hubungan tingkat kecerdasan spiritual (SQ) dengan kesadaran siswa menjauhi perilaku menyimpang pada siswa kelas VIII MTs Al-Uswah kecamatan bergas kabupaten semarang tahun 2011”¹³ peneliti menemukan bahwa:
 - a. Tingkat kecerdasan spiritual (SQ) siswa kelas VIII MTs Al-Uswah Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang Tahun 2011 berada pada kategori tinggi, hal ini terbukti dari hasil penelitian yang menyatakan dari 39 responden terdapat 61,5% pada kategori tinggi, 38,5% pada kategori sedang, dan 0% pada kategori rendah.
 - b. Tingkat kesadaran siswa menjauhi perilaku menyimpang pada siswa kelas VIII MTs Al-Uswah

¹³ Lilik Maftukhatul Mukhoyyaroh, *Hubungan tingkat kecerdasan spiritual (SQ) dengan kesadaran siswa menjauhi perilaku menyimpang pada siswa kelas VIII MTs Al-Uswah kecamatan bergas kabupaten semarang tahun 2011*, Skripsi, STAIN Salatiga, 2011.

Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang Tahun 2011 berada pada kategori tinggi, hal ini terbukti dari hasil penelitian yang menyatakan dari 39 responden terdapat 100% pada kategori tinggi, 0 % pada kategori sedang, dan 0% pada kategori rendah.

- c. Setelah diketahui dari hasil analisis data product moment dan dapat diketahui hasilnya yaitu 0,095 selanjutnya dikonsultasikan dengan table product moment pada No 39 diperoleh batas perolehan untuk taraf signifikan 5% sebesar 0,408 dan pada taraf signifikan 1% sebesar 0,316 Nilai r_{xy} lebih \leq dari tabel dengan demikian penelitian ini tidak ada pengaruh atau hubungan antara x dan y tingkat kecerdasan spiritual terhadap kesadaran siswa menjahui perilaku menyimpang.
 - d. Dengan hasil peneliatan yang diperoleh karena tidak ada hubungan yang positif, kemungkinan ini disebabkan karena adanya factor lingkungan kurang baik, adanya pergaulan bebas yang menjadikan seorang melakukan perilak menyimpang jadi jangan dilihat segi negatifnya saja.
2. Peneliti yang dilakukan oleh Enny Yulianti (1601910020) mahasiswa UNNES dengan judul “meningkatkan kecerdasan spiritual melalui metode bermain peran pada

anak usia 4-5 tahun semester 1 di tk nasima semarang tahun pelajaran 2012/2013”¹⁴ peneliti menemukan bahwa:

- a. Melalui metode bermain peran dapat meningkatkan kecerdasan spiritual anak usia 4-5 tahun semester 1 di TK Nasima Semarang Tahun Pelajaran 2012/2013. Hal tersebut ditandai dari ketercapaian indicator keberhasilan penelitian tindakan kelas dan adanya peningkatan kecerdasan spiritual pada kondisi awal sebesar 38%, siklus I sebesar 63% dan pada siklus II sebesar 83%. Sehingga prosentase kenaikan dari prasiklus (kondisi awal) ke siklus I adalah 15% dan prosentase kenaikan dari siklus I ke siklus II adalah 20%.
 - b. Terbuktinya hipotesis tindakan menunjukkan bahwa apabila guru Tk menggunakan metode bermain peran dalam proses pembelajaran maka kecerdasan spiritual pada anak usia 4-5 tahun akan meningkat.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Sulistiyaningsih (4104038) mahasiswa IAN Walisongo Semarang dengan judul “kondisi kecerdasan spiritual dan ketentraman jiwa siswa

¹⁴ Enny Yulianti, Meningkatkan kecerdasan spiritual melalui metode bermain anak usia 4-5 tahun semester 1 di TK nasima semarang tahun pelajaran 2012/2013, Skripsi, UNNES, 2012.

MTs Manba'ul Huda Tanjungrejo margoyoso pati¹⁵”
peneliti menemukan bahwa:

- a. Kondisi kecerdasan spiritual siswa: berpandangan luas, gagasan segar, memiliki pemahaman tujuan hidup, moralitas tinggi, memiliki minat yang keras, kesadaran diri, berpandangan efisien tentang realitas, berpendapat kokoh, memiliki intuisi kuat, cenderung gembira, rasa humor dewasa.
- b. Kondisi ketentraman jiwa siswa memiliki kondisi dengan katagori: beriman, disiplin diri, tegas, penuh pengharapan, mempunyai ketetapan hati, suka kebersihan, obyektif, bersemangat, murah hati, menebar cinta, menjaga kehormatan, loyal, jujur, tanggungjawab, lembut, kasih saying, memiliki idealism, percaya diri, kreatif, bias mempertimbangkan, bijaksana, menjunjung kepercayaan, fleksibel, berjiwa memaafkan, toleran.
- c. Hal kunci dalam kondisi kecerdasan spiritual dan ketentraman jiwa siswa di MTs Manba'ul Huda Tanjungrejo Margoyoso Pati adalah siswa memiliki cinta; dipahami sebagai perasaan yang lebih menekankan pada kepekaan emosi dan sekaligus menjadi energy kehidupan. Do'a; dalam ekspresinya

¹⁵ Sulistiyaningsih, kondisi kecerdasan spiritual dan ketentraman jiwa siswa MTs Mambaul Huda Tanjungrejo Margoyoso Pati, Skripsi, Semarang: Fak. Usuluddin IAIN Walisongo, 2015.

diwujudkan dalam bentuk bacaan kalimat do'a, shalat, dzikir, meditasi, dan seterusnya yang biasa dilakukan oleh para siswa. *Virtues (kebajikan)*; kebajikan dapat membawa seseorang dalam kebahagiaan hidup serta ketentraman jiwa.

- d. Kebijakan jiwa dalam eksistensi diri adalah dengan ditampilkannya rasa semangat belajar sebagai wujud dari rasa perasan jiwa yang tenang dan focus dengan harapan akan mendapatkan ilmu-ilmu baru dalam pelajaran di sekolah, siswa yang memiliki ketenangan jiwa tentu akan merasakan semangat karena rasa harap dalam hati dan dibarengi dengan kompaknya hati, jiwa, pikiran dan semangat dengan dorongan ilmu Allah, maka siswa akan selalu berusaha *“saya melakukan ikhtiar dan berdo'a di setiap hal yang akan dan telah saya kerjakan”*. Dengan dorongan tersebut, mengingat dan selalu ingat akan kedekatannya pada Allah adalah esensi dzikir pada Allah sebagai tingkatan kecerdasan spiritual hingga pada ketentraman jiwa sebagai actor “pelajar”.

E. Sistematika Penulisan

Dalam penulisan penelitian ini, peneliti membagi dalam lima bab, dan masing-masing bab berkaitan erat

merupakan satu kesatuan utuh, isi penelitian ini sebagai berikut :

Bab *Pertama*, berisi pendahuluan yang menggambarkan secara global penelitian ini yang terdiri dari latar belakang masalah, fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab *Kedua*, menguraikan informasi tentang landasan teori bagi obyek penelitian seperti terdapat dalam judul skripsi. Landasan teori ini disampaikan secara umum mengenai definisi, fungsi, sumber dan aktifitas senam kecerdasan. Dan definisi serta pandangan dari berbagai prespektif tentang kecerdasan spiritual.

Bab *Ketiga*, berisi tentang temuan penelitian, bab ini memaparkan tentang penemuan peneliti di lapangan yang meliputi kondisi umum sekolah SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak dan deskripsi data tentang praktik peningkatan kecerdasan spiritual berdasarkan kebiasaan latihan senam kecerdasan.

Bab *Keempat*, berisi tentang pembahasan dan analisis. bab ini merupakan pembahasan dan analisis pokok masalah yang menjadi aspek pembahasan berdasarkan praktik peningkatan kecerdasan spiritual berdasarkan latihan senam kecerdasan yang di lakukan di sekolah SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak, serta efek yang didapat dari peserta latihan.

Bab *Kelima*, merupakan bab penutup. Bab ini dimaksudkan untuk memudahkan bagi pembaca dalam memahami intisari dari skripsi, yang berisi kesimpulan dan saran-saran.

BAB II

TINJAUAN UMUM TENTANG KECERDASAN SPIRITUAL DAN SENAM KECERDASAN

A. Kecerdasa Spiritual (*Spiritual Quotient*)

1. Pengertian Spiritual Quotient (SQ)

Sebelum membahas kecerdasan spiritual secara integral, terlebih dahulu penulis mendefinisikan “kecerdasan” dan “spiritual” secara terpisah. Di dalam Kamus Besar Bahasa Indoneia “kecerdasan” adalah kesempurnaan akal budi seperti: kepandaian, ketajaman pikiran.¹ Sedangkan kecerdasan menurut kamus psikologi adalah kemampuan menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap situasi baru secara tepat dan efektif.² Kecerdasan (dalam bahasa Inggris disebut *Intelligence* dan dalam bahasa Arab disebut *al-Dzaka*) menurut arti bahasa adalah pemahaman, kecepatan dan kesempurnaan sesuatu. Dalam arti kemampuan (*al-Qudrah*) dalam memahami sesuatu dengan cepat dan sempurna. Begitu cepat penangkapannya itu sehingga Ibnu Sina seorang psikolog

¹ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa edisi ke-IV*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2008), hlm. 262.

² J.P. Chaplin, *kamus lengkap psikologi* Terjemahan Kartini Kartono, (Jakarta; PT. Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 253.

falsafi, menyebut kecerdasan sebagai kekuatan intuitif (*al-Hads*).³

Beberapa tokoh masing-masing memiliki pengertian yang berbeda tentang kecerdasan. Bischof dan Heidenrich mengemukakan definisi intelegensi dengan pengertian yang sama yaitu: “*Intelligence refers to the ability to learn and to utilize what has been learned in adjusting to unfamiliar situations, or in the solving of problems.*” (intelegensi menyangkut kemampuan untuk belajar dan menggunakan apa yang telah dipelajari dalam usaha penyesuaian terhadap situasi-situasi yang kurang dikenal, atau dalam pemecahan masalah-masalah).⁴

Suparman menjelaskan kecerdasan adalah kemampuan manusia untuk memperoleh pengetahuan dan pandai melaksanakannya dalam praktek, hal ini berarti kemampuan berpikir dan menalar. Adapun potensi kecerdasan meliputi: kemampuan memahami, menganalisis, membuat keputusan, sampai pada kemampuan menjalankan (mengekskusi).⁵ Dalam hal ini yang terlibat bukan hanya kecerdasan intelektual

³ Abdul Mujid dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002), hlm. 317.

⁴ Wasty Soemanto, *psikologi pendidikan: landasan kerja pemimpin pendidikan*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2006), hlm. 141-142.

⁵ Ririen Kusumawati, *Artificial Intelligence Menyamai Kecerdasan Buatan Illahi?*, (Malang: UIN-Malang Press, 2007), hlm. 46.

melainkan juga kecerdasan emosional dan juga kecerdasan spiritual.

Feldam mendefinisikan kecerdasan sebagai kemampuan memahami dunia, berpikir secara rasional, dan menggunakan sumber-sumber secara efektif pada saat dihadapkan dengan tantangan. Dalam pengertian ini kecerdasan terkait dengan kemampuan memahami lingkungan atau alam sekitar, kemampuan penalaran atau berpikir logis, dan sikap bertahan hidup dengan menggunakan sarana dan sumber-sumber yang ada.⁶

Menurut tokoh psikologi David C. Edward seperti dikutip oleh Alisuf Sabri dalam buku “Psikologi Pendidikan” sebagai berikut: “*Intelligence is a general capacity of behave in an adaptable and acceptable manner*”. Bahwa kecerddasan adalah kemampuan mental umum individu yang tampak dalam cara bertindak atau berbuat atau memecahkan masalah (*Problem solving*).⁷

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kecerdasan adalah kemampuan yang dimiliki seseorang dalam memahami lingkungan atau alam sekitar serta berpikir rasional guna menghadapi tantangan hidup serta dapat memecahkan berbagai problem yang dihadapi.

⁶ Hamzah B. Uno, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2006), hlm. 59.

⁷ Alisuf Sabri, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Pedomon Ilmu Jaya, 2007), hlm. 116-117.

Sedangkan pengertian spiritual, menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia yaitu berhubungan dengan atau bersifat keiwaan (rohani, batin).⁸ Dalam kamus psikologi spiritual yaitu pertama berkaitan dengan roh, semangat atau jiwa, kedua religious yang berhubungan dengan agama, keimanan, kesalehan, menyangkut nilai-nilai transcendental, ketiga sifat mental bersifat lawan dari mental, fisik atau jasmaniyah.⁹

Menurut Aliah B. Purwakania Hasan, kata “spirit” berasal dari kata benda bahasa latin “spiritus” yang berarti napas dan kata kerja “spirare” yang berarti untuk bernapas, dan memiliki napas artinya spirit. Menjadi spiritual berarti memiliki ikatan yang lebih kepada hal yang bersifat kerohanian atau kejiwaan dibandingkan hal yang bersifat fisik atau material.¹⁰ Ada juga yang mengartikan pengertian spiritual secara leksikal, “spiritual” berarti berkenaan dengan kualitas, atau makna di luar kualitas, makna fisik, material, dan temporal, seperti mengenai keadaan akal atau jiwa manusia, tentang makhluk supra natural, dan tentang sesuatu yang bersifat ukhrawi dan hakiki.¹¹ Dapat disimpulkan bahwa spiritual

⁸ Departemen Pendidikan Nasional, *Op.Cit*, hlm. 1335.

⁹ J.P. Chaplin, *Op.Cit*, hlm. 480.

¹⁰ Aliah B. Purwakania Hasan, *Psikologi Perkembangan Islami*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 288.

¹¹ M. Syamsul Hady, *Islam Spiritual: Cetak-biru Keserasihan Eksistensi*, (Malang: UIN-Malang Press, 2007), hlm. 12.

adalah keadaan akal dan jiwa atau rohani manusia yang berhubungan dengan nilai-nilai ketuhanan.

Setelah mengetahui arti dari masing-masing kecerdasan dan spiritual, maka dapat diketahui arti kecerdasan spiritual secara integral. Yaitu, kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang berkenaan dengan hati dan kepedulian antar sesama manusia, makhluk lain, dan alam sekitar berdasarkan keyakinan akan adanya Tuhan Yang Maha Esa.¹²

Selama ini kecerdasan hanya diartikan dengan kemampuan yang digunakan untuk masalah logika maupun strategis yang lebih dikenal dengan IQ. Kecerdasan intelektual inilah yang umumnya menjadi ukuran kecerdasan seseorang. Namun pada awal abad 1990 Daniel Goleman, mempopulerkan kecerdasan emosional atau EQ. kecerdasan ini tak kalah pentingnya dengan kecerdasan intelektual sebuah kemampuan untuk menanggapi dan mengenali perasaan secara tepat. Kecerdasan ini merupakan prasyarat dasar untuk menggunakan kecerdasan intelektual secara efektif.¹³

Pada akhir abad kedua puluh ini, dalam lapangan psikologi di populerkan kecerdasan jenis ketiga dalam diri

¹² Departemen Pendidikan Nasional, *Op.Cit*, hlm. 1335.

¹³ Danah Zohar dan Ian Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berfikir Integralistik dan Holistic untuk Memaknai Kehidupan*, (Bandung: Mizan, 2001), hlm. 82.

manusia, yakni kecerdasan spiritual, atau yang dikenal dengan spiritual quotient (SQ).

Danah Zohar dan Ian Marshal adalah tokoh yang membuka pembicaraan “Q” jenis ketiga ini. Menurut mereka *Spiritual Quotient* (SQ) adalah landasan yang perlukan untuk memfungsikan *Intelektual quotient* (IQ) dan *Emotional Quotient* (EQ) secara efektif. SQ merupakan kecerdasan tertinggi yang harus dimiliki oleh setiap manusia. SQ adalah kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan niali, sebagai kecerdasan untuk menempatkan perilaku dan hidup seseorang dalam konteks makna yang lebih luas dan kaya. Sebuah kecerdasan untuk menilai bahwa tindakan atau jalan hidup seseorang lebih bermakna dibandingkan dengan yang lain.

Menurut Danah Zohar dan Ian Marshal bahwa tujuh macam kecerdasan (*Multiplay Intelligence*) yang dimiliki oleh manusia, sebagaimana yang diungkapkan oleh psikolog Howard Gardner dari Harvard University, yakni: kecerdasan musical, special, kinestetik, rasional, dan emosional, pada hakikatnya adalah varian dari ketiga kecerdasan utama IQ, EQ, dan SQ, serta pengaturan dari ketiga syaraf kecerdasan tersebut.¹⁴

¹⁴ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Ibid*, hlm. 3-4.

Sedangkan menurut Monty SQ adalah inti kesadaran manusia. Kecerdasan spiritual itu memuat manusia mampu menyadari siapa manusia sesungguhnya dan bagaimana manusia memberi makna terhadap hidup manusia dan seluruh dunia. Kecerdasan spiritual mengarahkan hidup manusia untuk selalu berhubungan dengan kebermaknaan hidup agar manusia menjadi lebih bermakna.¹⁵

Manusia membutuhkan perkembangan “kecerdasan spiritual” (SQ) untuk mencapai perkembangan diri yang lebih utuh. Manusia membentuk karakter untuk melalui penggabungan antara pengalaman dan visi. Artinya, melalui ketegangan antara apa yang benar-benar manusia lakukan dan hal-hal yang lebih besar dan lebih baik yang mungkin manusia lakukan. Kecerdasan spiritual mengajak manusia memasuki jantungnya segala sesuatu, nilai-nilai kemanusiaan (*Being Values*): kegembiraan, rasa humor, daya cipta kecantikan dan kejujuran.¹⁶

Pembuktian ilmiah tentang SQ oleh Danah Zohar dan Ian Marshall didasarkan pada hasil empat riset, yaitu; pertama, riset ahli psikologi/syaraf “Michael Persinger” pada awal tahun 1990 dan diperkuat dengan riset yangb

¹⁵ Monty P. Satriadarma dan Fadelis E. Waruwu, *mendidik kecerdasan* (Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003), hlm. 45.

¹⁶ Monty P. Satriadarma, *Ibid* , hlm. 45.

lebih mutakhir oleh ahli syaraf “V.S. Ramachandran” dan timnya pada tahun 1997 dari California University yang menemukan eksistensi “God Spot” dalam otak manusia sebagai pusat spiritual (*spiritual center*) yang terletak diantara jaringan syaraf dan otak/lobus temporal. Kedua riset ahli syaraf Austria, “Wolf Singer” pada tahun 1990 atas The Binding problem yang menunjukkan proses syaraf dalam otak manusia yang terkonsentrasi pada usaha untuk mempersatukan dan memberi makna dalam pengalaman hidup manusia. Suatu jaringan yang secara literal “mengikat” pengalaman manusia secara bersama untuk hidup lebih bermakna.¹⁷ Ketiga, penelitian Rudolph L. pada pertengahan tahun 1990 sebagai pengembangan di penelitian Singer yaitu tentang kesadaran saat terjaga dan saat tidur serta ikatan-ikatan peristiwa kognitis dalam otak telah dapat ditingkatkan dengan teknologi MEG (*Magneto-Encephalo-Gravie*) keempat, neurology biologi Harvard, Terrance Deacan, yang meneliti tentang asal usul bahasa manusia. Deacan membuktikan bahwa bahasa merupakan suatu yang unik pada manusia. Suatu aktivitas yang pada dasarnya bersifat simbolik dan berpusat pada makna yang berkembang bersama dengan perkembangan yang cepat dalam cuping depan otak.¹⁸

¹⁷ Ary Ginanjar Agustin, *ESQ, the ESQ Way 165, 1 Ihsan 6 Rukun Iman 5 Rukun Islam*, (Jakarta: Penerbit Arga, 2005), hlm. xxvii.

¹⁸ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Op.Cit*, hlm. 11.

2. Fungsi Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual adalah inti kecerdasan kita, kecerdasan ini membuat kita mapu menyadari siapa kita sesungguhnya. SQ berfungsi mengembangkan diri kita secara utuh karena kita memiliki potensi. SQ dapat dijadikan pedoman saat kita berada diujung masalah eksistensial yang paling menantang hidup berada diluar yang diharapkan dan dikenal, diluar aturan-aturan yang telah diberikan, melampaui pengalaman masa lalu, dan melampaui sesuatu yang kita hadapi. SQ memungkinkan kita untuk menyatukan hal-hal yang bersifat intrapersonal dan interpersonal serta menjembatani kesenjangan antara diri sendiri dan orang lain dan kita menggunakan kecerdasan spiritual saat:

- a. Kita berhadapan dengan masalah eksistensial seperti saat kita merasa terpuruk, hawatir, dan masalah masa lalu akibat penyakit dan kesedihan. SQ menjadikan kita sadar bahwa kita mempunyai masalah eksistensial yang membuat kita mampu mengatasinya, atau setidaknya kita dapat berdamai dengan masalah tersebut, SQ memberikan kita rasa yang dalam menyangkut perjuangan hidup.
- b. Kita menggunakannya untuk menjadi kreatif, kita menghadirkannya ketika ingin menjadi luwes, berwawasan luas, atau seponatan secara kreatif.

- c. Kita dapat menggunakan SQ untuk menjadi cerdas secara spiritual dalam beragama, SQ membawa kita kejantung segala sesuatu, kesatuan di balik perbedaan, kepotensi di balik ekspresi nyata.
- d. Kita menggunakan SQ untuk mencapai perkembangan diri yang lebih utuh karena kita memiliki potensi untuk itu.
- e. Kecerdasan spiritual memberi kita suatu rasa yang dapat menyangkut perjuangan hidup.¹⁹

3. Karakteristik atau ciri-ciri Kecerdasan Spiritual

Pada dasarnya anak dilahirkan dalam keadaan suci, ia memiliki kecenderungan dasar pada pendidikan, dimana sadar ataupun tidak, sebagai manusia seorang anak juga merindukan, tercapainya kebermanaan spiritual melalui hubungan dengan yang Maha Kuasa, sehingga jelas bahwa anak juga membutuhkan pemenuhan kebutuhan spiritualnya agar mampu berkembang menjadi manusia sempurna. Selain itu anak juga dianugrahi akal, agar mampu memahami dunianya, dan keagungan Tuhan, diberikan hati agar mampu menerima cahaya kebenaran dan iman, diberikan berbagai nafsu, serta ditiupkannya ruh dimana Allah mengambil kesaksian padanya tentang keesaan Illahi.²⁰

¹⁹ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Ibid*, hlm. 12.

²⁰ Triantoro Safari, *Spiritual Intelegece*, (Yogyakarta, Graha Ilmu, 2007), hlm. 25.

Kecerdasan spiritual melahirkan iman yang kukuh dan rasa kepekaan yang mendalam. Kecerdasan semacam inilah yang menegaskan wujud tuhan ada di mana-mana. Kecerdasan spiritual melahirkan kemampuan untuk menemukan makna hidup serta memperhalus budi pekerti.²¹

Kemudian dalam pengembangan dan praktik kecerdasan spiritual, ada 12 sifat yang menunjukkan kemampuan kita untuk menggunakan keseluruhan otak kita, kemampuan kita untuk mengetahui dan mempraktikkan mana dan tujuan terdalam kita, kemampuan kita untuk menimbulkan transformasi dalam hidup kita dan dalam pekerjaan tempat kita untuk beraktivitas dan kesanggupan kita untuk berfikir pada saat kacau. Sifat-sifat ini memungkinkan kita untuk berhubungan dengan jiwa kita sendiri dan untuk menempatkan diri kita di inti terdalam diri manusia. Inilah kedua belas sifat-sifat itu.²²

- a. *Kesadaran diri*. Mengetahui apa yang diyakini dan mengetahui nilai serta hal apa yang sungguh-sungguh memotivasi diri kita.

²¹ M. Quraish Shihab, *Dia di mana-mana "Tangan" Tuhan di balik setia fenomena*, (Jakarta, Lentera Hati, 2006), hlm. 136.

²² Nurul Khikmawati, *Pengembangan Kecerdasan Emosi dan Spiritual pada Anak Studi Al-Quran Ilmu Kedo Analisis Surat Luqman ayat 13-19*, (Yogyakarta: Skripsi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, 2007), hlm. 38-39.

- b. *Spontanitas*, menghayati dan merespon momen dan semua yang dikandungnya.
- c. *Terbimbing oleh visi dan nilai*. Bertindak berdasarkan prinsip dan keyakinan yang dalam dan hidup sesuai dengannya.
- d. *Holism (kesadaran akan sistem)*. Kesanggupan untuk melihat pola-pola, hubungan-hubungan dan keterkaitan yang lebih luas.
- e. *Kepedulian*. Sifat “ikut merasakan” dan empati yang dalam.
- f. *Merayakan keragaman*. Menghargai perbedaan orang lain dan situasi-situasi yang asing dan tidak mencercanya.
- g. *Independensi terhadap lingkungan*. Kesanggupan untuk berbeda dan mempertahankan keyakinan diri.
- h. *Kecenderungan untuk mengajukan pertanyaan fundamental*. Mengapa? Kebutuhan untuk mengetahui segala sesuatu, mengetahui intinya.
- i. *Kemampuan untuk membingkai ulang*. Berpijak pada problem atau situasi yang ada untuk mencari gambaran lebih besar, konteks lebih luas.
- j. *Memanfaatkan kemalangan secara positif*. Kemampuan untuk menghadapi dan belajar dari kesalahan-kesalahan, untuk melihat problem-problem sebagai kesempatan.

- k. *Rendah hati*. Perasaan menjadi pemain dalam drama besar, mengetahui tempat kita sesungguhnya di dunia ini.
- l. *Rasa keterpanggilan*. “Terpanggil” untuk melayani sesuatu yang lebih besar dibandingkan diri kita.

Menurut makmun mubayidh, anak anak yang memiliki kecerdasan spiritual, memiliki karakter-karakter sebagai berikut:²³

- a. Kemampuan untuk membedakan yang fisik dan material.
- b. Kemampuan untuk mengalami tingkat kesadaran yang memuncak yakni merasakan kesejukan di dalam diri ruhaniyyah.
- c. Kemampuan untuk mengartikan makna pengalaman sehari-hari.
- d. Kemampuan untuk menggunakan sumber-sumber spiritual untuk menyelesaikan masalah.
- e. Kemampuan untuk berbuat baik.

Menurut Danah Zohar dan Ian Marshall, tanda-tanda dari kecerdasan spiritual yang telah berkembang baik mencakup hal-hal berikut:²⁴

- a. Kemampuan bersikap fleksibel.

²³ Makmun mubayidh, *Kecerdasan dan Kesehatan Emosional Anak terjemahan Muhammad Muchson Anasy*, (Jakarta: Pustaka Al-kautsar, 2006), hlm. 182.

²⁴ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Op.Cit*, hlm. 14.

- b. Tingkat kesadaran yang dimiliki tinggi.
- c. Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan.
- d. Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit.
- e. Kualitas hidup yang diilhami oleh visi dan nilai-nilai.
- f. Keengganan untuk mengalami kerugian yang tidak perlu.
- g. Kemampuan untuk melihat keterkaitan berbagai hal.
- h. Memiliki kecenderungan bertanya “mengapa/bagaimana jika” dalam rangka mencari jawaban yang mendasar.
- i. Memiliki kemampuan untuk bekerja mandiri.

Orang tidak memiliki kecerdasan spiritual, maka ditandai dengan ketergesaan, egoism diri yang sempit, kehilangan makna dan komitmen. Namun sebagai individu kita dapat meningkatkan SQ kita, secara umum kita dapat meningkatlah SQ dengan kecenderungan kita untuk bertanya mengapa, untuk mencari keterkaitan antara segala sesuatu, menjadi lebih suka merenung, bertanggung jawab, lebih sadar diri, lebih jujur terhadap diri sendiri, dan lebih pemberani.²⁵

²⁵ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Ibid*, hlm. 14.

4. Parameter dan Indikator Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual akan memiliki ukuran yang dapat dilihat dengan kemampuan-kemampuan sebagai berikut:

- a. Kemampuan untuk mengerti dan memahami perasaan sendiri.
- b. Kemampuan untuk mengerti dan memahami perasaan sendiri dan orang lain.
- c. Kemampuan untuk mengolah perasaan sesuai dengan kehendak nurani.
- d. Kehendak untuk mensucikan perasaan.
- e. Kemampuan untuk menggerakkan perasaan pada perilaku yang positif.
- f. Kemampuan untuk mengendalikan perasaan-perasaan negatif.
- g. Kemampuan untuk selalu berpegang pada keadilan dan kebenaran.
- h. Kemampuan untuk selalu rela dan ikhlas dengan takdir Allah.
- i. Kemampuan untuk selalu bergantung kepada kehendak Allah.
- j. Kemampuan untuk menjadikan cinta ilahi sebagai puncak dari segala tujuan hidup.²⁶

²⁶ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Ibid*, hlm. 37.

5. Perbedaan cerdas spiritual dengan sikap religious

Menurut Jalaluddin Rakhmat, di Indonesia kecerdasan spiritual lebih sering diartikan rajin sholat, rajin beribadah, rajin ke masjid, semua yang berkaitan dengan agama. Jadi kecerdasan spiritual dipahami secara keliru. Padahal kecerdasan spiritual itu kemampuan orang untuk memberi makna dalam kehidupan. Ada juga orang mengartikan kecerdasan spiritual itu sebagai kemampuan untuk tetap bahagia dalam situasi apapun tanpa tergantung pada situasinya.

Penelitian itu dilanjutkan sampai muncul aliran di dalam psikologi yang membuat terapi baru. Dulu kalo ada orang depresi diobati dengan obat anti depresi seperti prozak, sekarang cukup disuruh beramal, menolong orang lain, ternyata terjadi perbaikan. Dengan menolong dan beramal, dia menemukan bahwa hidupnya bermakna, dan itu namanya kecerdasan spiritual, jadi orang cerdas spiritual itu bukan yang paling rajin sholatnya, tapi yang senang membantu orang lain, mempunyai empati kemampuan yang tinggi, juga terhadap penderitaan orang lain, dan bisa memilih kebahagiaan dalam hidupnya.

6. Faktor yang menghambat dan yang mendukung kecerdasan spiritual

Sebab yang paling menentukan dapat membuat kita secara psikologi terpecah atau terbelah karena secara spiritual terhambat atau menderita penyakit spiritual

“minder” oleh karena itu, pertama-tama kita harus mengetahui apa yang dimaksud dengan penyakit spiritual.

Psikologi Freud membicarakan psikopatologi sebab-sebab jiwa dapat kehilangan keseimbangan atau menderita akibat kemarahan, ketakutan, obsesi, tekanan, paksaan, dan sebagainya. Freud berpendapat bahwa patologi semacam itu merupakan akibat dari suatu ketidakseimbangan antara kesadaran yang rasional tuntutan dari alam tak sadar secara umum.²⁷

Ada tiga sebab yang membuat seseorang terhambat sepiritualnya yaitu:

- a. Tidak mengembangkan beberapa bagian dari dirinya sendiri sama sekali.
- b. Telah mengembangkan beberapa bagian, namun tidak proposional, atau cara yang negative atau destruktif.
- c. Bertentangannya atau buruknya antara bagian-bagian.²⁸

Menurut Kholid Abu Syadi, faktor yang menghambat atau membelenggu kecerdasan spiritual antara lain: Sombong, Ujub, Iri dan dengki, Marah, Prasangka buruk, Munafik, dan Riya'. Ketujuh faktor di atas berpengaruh terhadap kejernihan hati dan membuat hati jadi buram berakibat melemahnya kecerdasan spiritual dan menghambat kemajuan pada akhirnya

²⁷ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Ibid*, hlm. 143.

²⁸ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Ibid*, hlm. 144.

manusia akan menjadi lemah secara fisik maupun secara fisik atau mental.²⁹

Sedangkan factor yang mendukung kecerdasan spiritual antara lain:

- a. *Inner Value* (Nilai-nilai spiritual dari dalam) yang berasal dari dalam diri (suara hati) : *Transparency, responsibilities, accountabilities, fairness* dan *social wareness*.
- b. *Ghorizah* yaitu dorongan dan usaha untuk mencapai kebenaran dan kebahagiaan.

B. Senam Kecerdasan

1. Pengertian senam kecerdasan

Senam kecerdasan adalah serangkaian latihan gerak tubuh tertentu dan pengolahan pernafasan yang tepat untuk mengolah sumber energi dalam tubuh secara simultan. Sistem yang terintegrasi dan energi yang lebih berkualitas dapat diolah melalui sebuah proses dekonstruksi dan rekonstruksi sumber daya energi dan aliran energi sedemikian logis, sistematis dan konsisten.³⁰

Dalam rancang bangun manajemen kualitas energi yang kokoh, tidak hanya membangun fisik luar dan dalam yang sehat, juga membangun kepribadian yang

²⁹ Kholid Abu Syadi, *Periksalah Hati Anda*, (Surakarta: Insan Kamil, 2008), hlm. 64.

³⁰ Modul Dewan Pelatih, Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM-RTD), Yayasan Rukasa Terpadu, hlm, 3.

matang (*mature personality*) dengan tetap memperhatikan tuntutan dan situasi sehingga tetap mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan yang berbeda-beda dan baru (*well adjusted*) dan semakin mengembangkan kesadaran spiritual terhadap pencipta (Allah SWT) dan semua ciptaannya.

Penemuan aktifitas senam kecerdasan dapat membuktikan secara logis dan sistematis bagaimana dinamika intrapsikis yang selama ini masih terbatas dijelaskan dalam psikologi, maupun ilmu pengetahuan yang lain. Selama ini ilmu pengetahuan yang terbagi-bagi dalam cabang ilmu pengetahuan seperti terpisah dan terkotak, sehingga pemahaman menjadi parsial dalam proses tumbuh kembang manusia secara keseluruhan dalam alam semesta. Keterbatasan daya nalar dan pola perkembangan kepribadian manusia dalam lingkungan dan alam semestanya menjadi begitu terbatas. Manusia sebagai makhluk hasil ciptaan yang tertinggi derajatnya di mata sang pencipta, manusia diperkenankan bergerak begitu progresif namun harus sesuai dengan kaidah alam yang semestinya telah dihasilkan ‘Sang Maha Kuasa’ sebagai *Creator* yang tertinggi.³¹

³¹ Modul Dasar Senam Kecerdasan, *Ibid*, hlm, 3

2. Sejarah Senam Kecerdasan

Senam kecerdasan terbentuk dari lembaga pelatihan dan pengembangan sumber daya manusia RTD (LP2SDM-RTD), Lembaga Pengembangan dan Pelatihan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM-RTD) dulu bernama Lembaga Seni Pernafasan Radiasi Tenaga Dalam (RTD) diawali dari minat besar beberapa orang mahasiswa Teknik Mesin ITB kepada tenaga dalam dan seluk beluknya tahun 1987. Di kelompok diskusi tenaga dalam inilah Rd. Aas Rukasa dan kawan-kawannya suka berkumpul. Dengan latar belakang kesamaan hobi dan persepsi, mereka mulai diskusi, menggali dan mencari literatur referensi tentang tenaga dalaman dari berbagai sumber. Secara keilmuan dari sinilah dimulai penyusunan teori, pengobatan dan pengenalan alam metafisik.³²

Kegiatan unik pecinta tenaga dalam ini terus berlanjut hingga tahun 1989. Bahkan hobi mereka menular kepada beberapa teman kuliah Rd. Aas Rukasa di jurusan Teknik Mesin ITB. Pada tahun ini, proses penggalian ilmu banyak dilakukan di rumah salah seorang anggota kelompok. Pada masa ini latihan-latihan meditasi, kewaskitaan, pengobatan dan pengenalan alam metafisik semakin dimantapkan dan ditambah analisa jurus, aplikasinya dalam pengobatan dan mengadakan

³² Rd. Aas Rukasa, *LSP. Radiasi Tenaga Dalam*, (Bandung: RTD, 1998), hlm. 1.

perbandingan dengan jurus-jurus lain. Dari proses diskusi ini lahirlah nama Radiasi Tenaga Dalam.³³

Di tahun 1990, kelompok ini mulai berubah, beberapa orang pergi dan beberapa lainnya bergabung dalam kelompok tenaga dalam ini. Di bawah pimpinan dan bimbingan Rd. Aas Rukasa, tercatat ada 18 orang yang mulai mengadakan latihan secara teratur. Latihan telah menggunakan jurus khas RTD yang diciptakan oleh Rd. Aas Rukasa. Kurikulum RTD telah disusun dan jurus-jurus yang telah diciptakan mulai dibakukan. Walaupun belum terorganisir dengan baik, kegiatan latihan berjalan cukup teratur dengan porsi yang cukup berat. Tidak heran kalau kelompok ini mempunyai bekal keilmuan yang cukup matang dan menjadi cikal bakal pelatih pertama RTD kelak. Untuk menuju sebuah perguruan tenaga dalam yang terbuka untuk umum, diadakan pemusatan latihan pelatih yang diikuti oleh 10 orang anggota kelompok.³⁴

Dari hasil proses penggalan ilmu yang cukup lama ini, akhirnya mereka bertekad untuk mendirikan suatu perguruan tenaga dalam dengan menggunakan konsep yang didapat selama perjalanan diskusi mereka. Suatu nilai lebih yang ditawarkan adalah ketenagadalaman dituangkan dalam bahasa ilmiah yang

³³ Rd. Aas Rukasa, *LSP. Ibid*, hlm. 1.

³⁴ Rd. Aas Rukasa, *LSP. Ibid*, hlm. 2.

empiris dan rasional. Rd Aas Rukasa yang dianggap sebagai orang yang mempunyai keilmuan paling tinggi, menjadi guru besar RTD. Beliau lah yang mendesain semua jurus berdasarkan riset yang dilakukannya. Ada langkah berikutnya atas masukan dari seorang dosen ITB yang merupakan orang tua dari salah satu anggota kelompok serta seorang notaris dari tokoh wanadri Bandung, Bapak Sabar Partakoesoema, maka didirikanlah kelembagaan Radiasi Tenaga Dalam (RTD) dengan nama Yayasan Seni Pernafasan Radiasi Tenaga Dalam berdasarkan akta notaris R.H.M Sabar Partakoesoema, SH. nomor 48 tanggal 30 Juli 1992. Mereka yang tercatat sebagai badan pendiri adalah Rd. Aas Rukasa, Ryzca Natasuwarna dan Arswendi.³⁵

Hari jadi RTD dirayakan tanggal 14 Juli 1992 dengan pengajian yang sederhana dan mengundang beberapa perguruan tenaga dalam lainnya yang ada di Bandung dalam rangka silaturahmi dan menggalang kerjasama dengan sesama perguruan tenaga dalam. Sejak itu RTD banyak dikenal tidak hanya di Bandung saja tetapi sampai ke daerah Jawa Barat lainnya. Ini karena kiprah RTD dalam hal pengobatan dan minat besar masyarakat sendiri terhadap senam pernafasan untuk kesehatan. Laju perkembangan RTD semakin terasa cepat

³⁵ Rd. Aas Rukasa, *Ibid*, hlm. 2.

dan menggembirakan, seiring dengan itu, RTD yang berpusat di Bandung mendirikan cabang RTD didaerah lain, antara lain : Banjar, Cijulang, dan Malang, Copenhagen (Denmark), serta cabang yang lainnya. Untuk mengakselerasi perkembangan RTD, maka dilakukan pendekatan kepada pihak IPSI di Bandung. Pada bulan Maret tahun 1994 atas jasa baik anggota RTD yang merupakan rekan baik Bapak Eddie M Nalapraya (Ketua PB IPSI), ternyata RTD mendapat sambutan positif dari pihak IPSI, terbukti diajaknya RTD bekerjasama untuk menciptakan senam manula khas Indonesia dan diundangnya RTD sebagai peninjau pada Munas IX IPSI yang diselenggarakan bulan April 1994.³⁶

Pada perkembangannya, Yayasan Seni Pernafasan Radiasi Tenaga Dalam kemudian melebur dan membentuk sebuah yayasan baru bernama Yayasan Rukasa Terpadu. Peleburan ini terjadi karena adanya pembaharuan area kerja, dimana sebelumnya area kerja berada di seni pengolahan nafas menjadi pengembangan dan pelatihan sumber daya manusia. Secara spesifik area kerja itu berubah menjadi sebuah lembaga, dengan nama Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD atau disingkat LP2SDM RTD.³⁷

³⁶ Rd. Aas Rukasa, *Ibid*, hlm. 3.

³⁷ Roinal Rois Al Kalim, *Optimalisasi Energi Prana Dalam Meningkatkan Extra Sensory Percertion (Studi Kasus di Lembaga Pelatihan*

Kemudian pada tahun 2015 muncul salah satu seni pernafasan yang dibuat oleh Rd. Aas Rukasa dalam waktu dua hari satu malam yaitu senam kecerdasan, bermula dari salah satu muridnya yang berada di Madura yaitu kang selamat. Kang Selamat mengajar di pesantren yang terdapat anak-anak nakal, kemudian kang Selamat meminta pada gurunya Rd. Aas Rukasa untuk membuat senam yang sesuai pada anak tersebut, dari sinilah lahir senam kecerdasan. Kemudian dilakukan kang selamat untuk menghukum anak-anak yang sering melakukan kesalahan, disetiap anak itu melakukan kesalahan disuruh untuk melakukan senam kecerdasan. Setelah mencapai tahun akhir, anak tersebut kelihatan berubah dari hari-hari sebelumnya hingga restasi anak tersebut tidak tertinggal jauh pada teman-temannya. Kemudian pada tahun 2016 di publikasikan dengan mengadakan pelatihan senam kecerdasan di Jawa Timur dan diikuti seluruh guru BK se-Jawa Timur.

3. Manfaat Senam Kecerdasan

Aas Rukasa (2013) menjelaskan Senam kecerdasan akan melatih dan mengembangkan kesadaran yang lebih tinggi, akan membuat seseorang bertumbuh dan berkembang dalam kepribadian seseorang menjadi :

dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD Unit Psikosufistik Walisongo Semarang), (Skripsi: Semarang, Fak. Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, 2016), hlm. 47-49.

a. Memiliki sifat pemimpin

Pengalaman yang mencapai kesadaran yang kokoh, mantap dan terus-menerus (steady state) mengarahkan diri untuk menjadi pemimpin, minimal untuk diri sendiri (internal leadership). Ternyata yang minimal itu justru yang paling sulit karena membawa diri sendiri pada tatanan holistik melalui visi, motivasi, mengambil keputusan, harus dengan cara yang baik. Dikarenakan risikonya secara langsung akan dialami diri sendiri.³⁸

b. Menyukai tantangan

Setiap tindakan tentu ada risikonya. Tapi justru semakin berat risikonya, semakin menantang untuk disalami. Jadi apa yang menjadi tantangan di tataran kosmik tidak lain adalah perubahan pola pikir. Indikasi perubahan ini antara lain:

- 1) Terlepasnya dominasi logika dan emosi menjadi objektif.
- 2) Terlepasnya sensasi terhadap struktur menjadi tidak berstruktur.
- 3) Terlepasnya sensasi dan persepsi tentang rigiditas menjadi rapuh.
- 4) Terlepasnya sensasi dimensi sosial yang biasa menjadi non dimensional.

³⁸ Rd. Aas Rukasa, *Op.Cit*, hlm. 125.

- 5) Terlepasnya pikiran dari persepsi kerangka linear menjadi non-linier.
 - 6) Terlepasnya kemelekatan pikiran terhadap suatu objek dalam suatu rentang waktu.
 - 7) Terlepas ekspektasi semu dan sementara menjadi pasrah ke pada Tuhan.³⁹
- c. Mampu mengambil keputusan dan risiko
- Mengambil keputusan beserta risikonya merupakan ciri kemandirian. Ini karakter *entrepreneurship*. Rasa percaya diri dan keberanian yang tinggi diperlukan dalam mengambil keputusan, sekaligus siap menerima risikonya. Banyak kemungkinan yang bisa terjadi dalam kesadaran kosmik, tergantung cara kita mengambil keputusan. Diwilayah kesadaran kosmik, sikap yang positif dalam setiap pengambilan keputusan akan selalu bermanfaat.
- d. Menjadikan diri sendiri sebagai sahabat terbaik
- Bersahabat dengan diri sendiri bisa terjadi ketika sering melakukan kontemplasi tentang perkembangan diri. Bisa juga dengan melakukan dialog dengan diri sendiri. Mekanisme yang terjadi ketika melakukan dialog ini adalah konfirmasi persepsi IQ dan EQ untuk membentuk pemahaman.

³⁹ Rd. Aas Rukasa, *Ibid*, hlm. 126.

Hal positifnya adalah jika frekuensi kontemplasi tinggi maka pola orbit partikel C-S-P (Control Sensitifiti Power) di dalam otak akan terbentuk secara kuat sehingga akan mengaktifkan CI (Cosmic Intellegence) yang berada pada posisi sentral. CI inilah yang menjadi cikal bakal kepemilikan objektivitas yang tinggi dalam proses berpikir.

e. Mampu mengendalikan stres

Dalam kesadaran kosmik mengenali realita tanpa beraksi, justru akan memperkuat diri sendiri. Tidak bereaksi, karena dapat menerima dan memahami makna positif dari hal apapun, sekalipun dari hal yang negatif. Selain itu, juga karena memahami alasan mengapa sesuatu itu bisa menjadi negatif.

Untuk menghasilkan aspek kepribadian yang di sebutkan diatas, maka frekuensi waktu untuk latihan Senam Kecerdasan \pm 40 jam dengan periode latihan 1 jam setiap hari (dapat dibagi menjadi beberapa sesi).

4. Konsep yang terkait dengan senam kecerdasan

Senam kecerdasan memanfaatkan *psikolobus* atau medan energi sebagai generator yang merupakan *biofield* dalam tubuh fisik yang dapat menstimulasi semua bagian dalam maupun luar tubuh. Mekanisme dan fungsi psikolobus yang ajeg dan konsisten dengan fungsi dan peran kelenjar tubuh yang bekerja secara sistematis,

proses kimiawi tubuh dan polarisasi energi dalam tubuh membuat dinamika psikis menjadi terjelaskan secara logis dan empirikal. Cara kerja dan dinamika intrapsikis seperti kognitif, emosi dan afeksi serta konasi menjadi lebih mudah dijelaskan dan mudah dipahami.

a. Biofield

Energi prana yang menyelimuti dan berpenetrasi dengan tubuh dikenal sebagai biofield. Prana dari lingkungan sebagai energi primer diproses oleh psikolobus menjadi energi sekunder, dan mempengaruhi sistem syaraf yang selanjutnya akan mempengaruhi organ-organ.⁴⁰

Biofield merupakan energi prana yang berada di bagian luar tubuh dan membentuk suatu dinding yang berfungsi untuk melindungi tubuh dari energi negatif.⁴¹ Secara umum biofield adalah sebuah getaran energi yang menyelubungi seluruh tubuh manusia. Jika diibaratkan, biofield itu seperti lapisan atmosfernya tubuh manusia, yang juga berlapis-lapis.

⁴⁰ Tim LP2SDM-RTD, *Modul Panduan Dasar Senam Kecerdasan*, hlm. 5.

⁴¹ Irmansyah Effendi, *REI KI TUMMO: Teknik Efektif untuk Meningkatkan Kesadaran dan Energi Spiritual*, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2005), hlm. 70.

Secara umum, lapisan biofield terdiri dari tiga lapis yakni lapisan astral, mental dan spiritual.⁴²

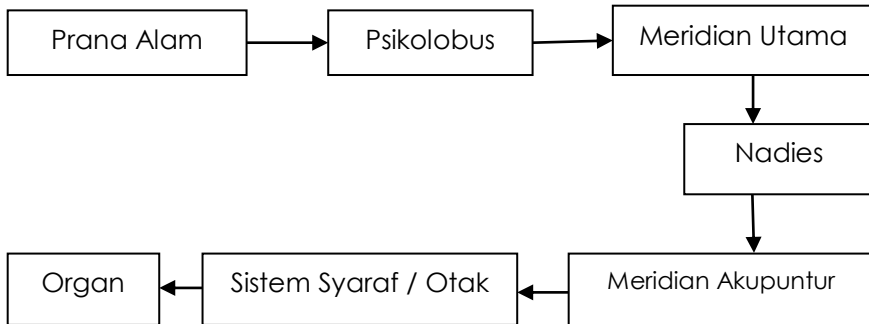
Biofield terutama dihasilkan dari pancaran aktivitas otak dan syaraf yang memproyeksikan tingkat kesadaran, pola pikir, kondisi psikologis, kecenderungan dalam tindakan serta tingkat kesehatan tubuh. Aktivitas yang ada di otak dan syaraf dipengaruhi oleh konfigurasi aktivitas hormonal yang distimulasikan melalui simpul-simpul syaraf, oleh kelenjar-kelenjar tubuh. Jadi medan biofield memiliki daya pancar yang berfluktuasi sesuai kondisi mental, emosi, variasi proses berpikir, serta tingkat kesehatan.

Tentu saja aktivitas hormonal ditentukan oleh aktivitas dan interaksi yang bervariasi dalam kehidupan, baik itu proses berpikir, merasa, dan bertindak, yang berhubungan dengan lingkungan luar tubuh. Selain saluran sinyal sistem syaraf serta “meridian” menurut ilmu akupuntur, kiranya kita perlu memandang bahwa ada juga sistem saluran (bioenergi) untuk menginteraksikan antar pusat energi yang disebut psikolobus.⁴³

⁴² Sitiatava Rizema Putra, *Rahasia Energi Aura Manusia*, (Jogjakarta: FlashBooks, 2011), hlm. 15.

⁴³ Tim LP2SDM-RTD, *Op.Cit*, hlm. 5.

Energi prana mempengaruhi tubuh sesuai dengan urutan dari yang terhalus sampai yang terkristalisasi sebagai berikut:



Pada hakikatnya, biofield adalah pancaran sinar yang mengalami proses penghalusan berkali-kali, yang sebagian sinarnya melingkupi alam semesta (makrokosmos) dan sebagiannya melingkupi manusia (mikrokosmos). Pancaran sinar biofield ini ada yang aktif dan ada pula yang non-aktif, baik pada alam semesta maupun pada diri manusia. Di alam semesta, pancaran sinar biofield akan tampak nyata dan jelas. Sedangkan, pada manusia pancaran sinar biofield tidak begitu jelas dan terlihat seperti uap yang sangat tipis.⁴⁴

Secara metafisik, biofield merupakan pantulan dari sisi luar pancaran cahaya langit dan bumi, yang mengkristal secara batin dan terpendam di

⁴⁴ Siatatava Rizema Putra, *Op.Cit* hlm. 15-16.

dalam jiwa manusia. Cahaya biofield tidak menyilaukan mata, tetapi sebaliknya, dapat menyejukkan dan menenteramkan batin orang yang pada dasarnya memiliki kepekaan sensual untuk melihatnya.⁴⁵

Menurut salah satu sumber yang diperoleh, ada beberapa ciri yang membedakan antara biofield manusia dengan biofield makhluk-makhluk lainnya, yakni sebagai berikut:⁴⁶

Tabel 2.1. Biofield dan Ciri-cirinya

Biofield	Ciri-ciri
Manusia	Berwarna-warni sesuai karakternya Terasa panas Dapat berubah warna Dapat bermuatan positif dan negatif
Binatang dan Tumbuhan	Hanya satu warna, yaitu cokelat muda/tipis Terasa hangat Dapat bermuatan positif dan negatif
Benda	Berwarna hitam Ada yang terasa hangat, ada yang terasa dingin Dapat bermuatan positif dan negatif
Makhluk halus	Tidak berwarna Terasa dingin menusuk

Dengan demikian, biofield pada setiap makhluk itu memang berbeda-beda. Tuhan memberikan biofield kepada makhluk ciptaan-Nya

⁴⁵ Sitiatava Rizema Putra, *Ibid*, hlm. 19.

⁴⁶ Sitiatava Rizema Putra, *Ibid*, hlm. 20.

sesuai dengan kadar atau kondisinya masing-masing.⁴⁷

Biofield manusia adalah sebuah fenomena energi dalam sebuah sistem yang amat kompleks. Biofield merupakan perwujudan eksternal sebuah daya hidup kreatif yang memberikan tenaga dan menjaga eksistensi diri manusia. Sebagai suatu bentuk wujud energi fungsional yang melingkupi tubuh jasmaniah, biofield menyediakan suatu saluran yang amat luar biasa untuk berinteraksi dengan sumber energi dan dimensi lain, termasuk sistem aura manusia lainnya.⁴⁸ Karena biofield manusia merupakan kombinasi khas banyak ciri termasuk (tetapi tidak terbatas pada) warna, intensitas, keluasan, dan rancangan struktural. Ciri-ciri penting ini memberi gambaran nyata tentang susunan *kosmis* manusia yang tidak dapat rusak, yang disebut *genotip kosmis*⁴⁹ manusia. Sebagai pasangan *genotip biologis*,

⁴⁷ Sitiatava Rizema Putra, *Ibid*, hlm. hlm. 20-21.

⁴⁸ ‘Abdul Basith Muhammad as-Sayyid, *The Spiritual Power “Membangkitkan Kekuatan Paling Dahsyat Dalam Diri”*, Terj. Muhtadi Kadi, (Jakarta: Nakhlah Pustaka, 2008), hlm. 9.

⁴⁹ Kosmis yaitu mengenai kosmos (*yaitu semua yang ada*) berhubungan dengan jagat raya, sedangkan Genotip berasal dari kata genotype yang berarti ciri-ciri fisik yang tidak tampak dari luar, khususnya yang bersangkutan dengan genetika, sebagai akibat evolusi biologis pada organism. Lihat; *Penyusunan Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1990), hlm.463 dan 270.

genotip kosmis manusia menjamin individualitas manusia sebagai makhluk spiritual sekaligus yang memberikan masing-masing kemungkinan pertumbuhan yang tak terbatas. Biofield yang tampak memberi gambaran sekilas yang menakjubkan tentang ciri kosmis yang unik serta nasib bagi kelanggengan manusia sebagai makhluk sadar di alam semesta ini.⁵⁰

Dalam al-Quran surat an-Nuur ayat 35. Allah Swt berfirman:

۞ اللَّهُ نُورُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ ۖ مِثْلُ نُورِهِ
 كَمِشْكَاةٍ فِيهَا مِصْبَاحٌ ۚ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ
 الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ
 مُبْرَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ
 زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ ۖ نُورٌ عَلَى نُورٍ ۗ
 يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ ۖ مَنْ يَشَاءُ ۚ وَيَضْرِبُ اللَّهُ
 الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ ۚ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴿٣٥﴾

⁵⁰ Joe H. Slate, *Energi Aura: Memanfaatkan energi auara untuk menjaga kesehatan & meraih keberhasilan karier*, Alih bahasa, T. Hermaya.- (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002), hlm. 11.

Artinya:

“Allah (Pemberi) Cahaya (kepada) langit dan bumi. Perumpamaan cahaya Allah, adalah seperti sebuah lubang yang tak tembus, yang di dalamnya ada pelita besar. Pelita itu di dalam kaca (dan) kaca itu seakan-akan bintang (yang bercahaya) seperti mutiara, yang dinyalakan dengan minyak dari pohon yang berkahnya, (yaitu) pohon zaitun yang tumbuh tidak di sebelah timur (sesuatu) dan pula tidak di sebelah barat(nya), yang minyaknya (saja) hampir-hampir menerangi, walaupun tidak disentuh api. Cahaya di atas cahaya (berlapis-lapis), Allah membimbing kepada cahaya-Nya siapa yang dia kehendaki, dan Allah membuat perumpamaan-perumpamaan bagi manusia, dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu.”
(QS. An-Nuur [24]: 35)

Ayat tersebut memberikan perumpamaan yang sangat misterius tetapi juga sangat menarik. Ayat diatas mengatakan bahwa hubungan antara Allah dengan makhluk-Nya adalah seperti hubungan antara pelita (sumber cahaya) dengan cahayanya. Artinya, makhluk Allah ini sebenarnya semu saja. Yang sesungguhnya “ada” adalah “Dia”. Manusia hanya “pancaran atau pantulan” saja dari eksistensi-Nya. Cahaya yang dipancarkan oleh Allah Swt. itu berlapis-lapis, mulai dari yang paling kelam (kegelapan) sampai yang paling baik (cahaya putih terang). Allah telah menetapkan dalam seluruh

ciptaan-Nya itu bahwa kegelapan mewakili kejahatan dan keburukan, sedangkan cahaya terang mewakili kebaikan.⁵¹

Menurut Agus Mustofa, al-Qur'an sendiri memberikan informasi yang banyak tentang warna gelap dan terang ini, malahan perbedaan warna-warna pelangi biofield sedikit sekali disinggung. Warna-warna pelangi biofield menunjukkan perbedaan frekuensi. Sedangkan gelap terang memberikan informasi kejernihan dari berbagai "pengotor"⁵² Mengenai kedua golongan ini, Allah Swt. berfirman:

يَوْمَ تَرَى الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ يَسْعَىٰ نُورُهُمْ
بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَبِأَيْمَانِهِمْ بُشْرَاكُمُ الْيَوْمَ جَنَّاتٌ
تَجْرَىٰ مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا ذَٰلِكَ
هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ

Artinya:

"(Yaitu), pada hari ketika kamu melihat orang mukmin laki-laki dan perempuan, sedang cahaya mereka bersinar di hadapan dan di sebelah kanan mereka. (Dikatakan kepada mereka), 'Pada hari ini ada berita

⁵¹ Sitiatava Rizema Putra, *Ibid*, hlm. 102.

⁵² Agus Mustofa, *Dzikir Tauhid dan Pancaran Aura*, (Surabaya: Padma Press, 2006), hlm. 190.

gembira untukmu, (yaitu) surga yang mengalir di bawahnya sungai-sungai, yang kamu kekal di dalamnya. Itulah keberuntungan yang besar.” (QS. al-Hadiid [57]: 12)

Ayat ini menjelaskan tentang aura terang bagi orang-orang yang beriman. Dalam ayat lain, Allah Swt. juga berfirman:

وَالَّذِينَ كَسَبُوا السَّيِّئَاتِ جَزَاءُ سَيِّئَةٍ بِمِثْلِهَا
وَتَرْهَقُهُمْ ذِلَّةٌ ۖ مَا لَهُمْ مِنَ اللَّهِ مِنْ عَاصِمٍ
كَأَنَّمَا أُغْشِيَتْ وُجُوهُهُمْ قِطْعًا مِّنَ اللَّيْلِ
مُظْلِمًا ۖ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ النَّارِ ۖ هُمْ فِيهَا
خَالِدُونَ

Artinya:

“dan, orang-orang yang mengerjakan kejahatan (mendapat) balasan yang setimpal dan mereka ditutupi kehinaan. Tidak ada bagi mereka seorang pelindung pun dari (azab) Allah, seakan-akan muka mereka ditutupi dengan kepingan-kepingan malam yang gelap gulita. Mereka itulah penghuni neraka; mereka kekal didalamnya.” (QS. Yunus [10]: 27)

Dalam hal ini biofield dapat menjelaskan cahaya batin seseorang. Orang yang banyak berbuat baik, maka cahaya batinnya akan terang dan ini akan tampak pada biofield mahkota (wajah)-nya. Namun sebaliknya orang yang banyak berbuat dosa, maka cahaya batinnya akan gelap gulita dan hal ini juga akan tampak pada wajahnya.⁵³

Dalam hal ini, Manusia memiliki perbedaan dengan makhluk lain, yaitu bisa mengembangkan biofieldnya semaksimal mungkin sesuai lingkup kesadaran yang diolahnya. Dalam mencapai kondisi tersebut, manusia dapat melakukan proses latihan-latihan gerakan, pernapasan, pengendalian pikiran melalui konsentrasi. Biofield juga merupakan ciri perspektif berpikir. Makin besar biofield seseorang maka makin luas perspektif berpikirnya.

Sejumlah energi minimal diperlukan dalam mentransformasikan aktivitas hormonal yang bersifat biokimia pada kelenjar menjadi pusat-pusat reproduksi energi psikologis tubuh sehingga akan membentuk suatu sistem psikolobus yang dikenal sebagai penghasil bioelektrik dan berperan sebagai media untuk transformasi kesadaran. Hal ini sangat

⁵³ Shonnief Hidayat, *Materialisasi Aura Dalam Afirmasi Daya Tarik Cinta (Studi Kasus di Lembaga Seni Pernafasan Radiasi Tenaga Dalam)*, (Skripsi, Semarang: Fak. Ushuluddin UIN Walisongo, 2013), hlm. 18-19.

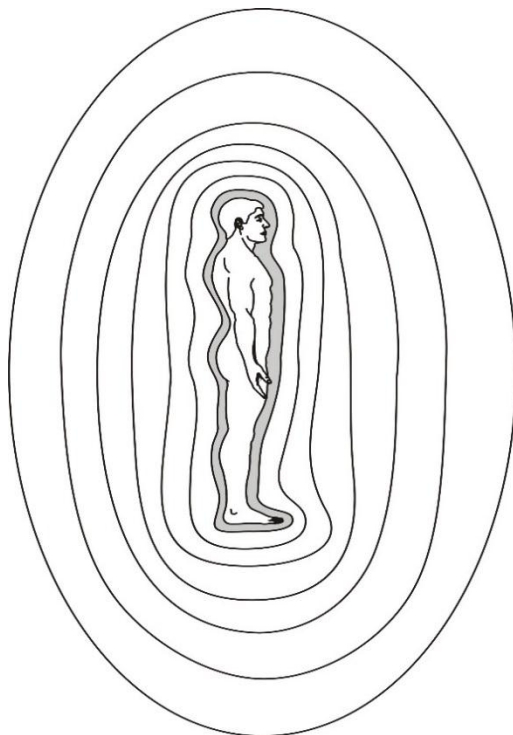
memungkinkan untuk terjadi karena dukungan faktor letak kelenjar dan psikolobus yang relevan.

Latihan tertentu mampu mensuplai kebutuhan energi minimal dari psikolobus untuk perkembangan sesuai dengan fungsi psikolobus tersebut yang membentuk pola atau struktur pada biofield. Sehingga biofield memiliki konstruksi tertentu yang selain berfungsi sebagai penguat juga mengisyaratkan arah perkembangan biofield yang lebih progresif.

Pada umumnya dikenal tujuh lapisan biofield, dari yang terdalam yakni dekat dengan tubuh sampai biofield terluar yang memproyeksikan tingkat kesadaran paling tinggi. Biofield paling luar membungkus biofield-biofield di lapisan lainnya sampai pada posisi tubuh fisik sebagai posisi terdalam. Tiap lapisan biofield memiliki getaran atau frekuensi tertentu. Makin luar lapisannya maka makin tinggi frekuensinya dan makin rendah amplitudonya (makin datar).

Untuk kepentingan kesehatan secara fisik dan psikologis, aura sering ditinjau dan dianalisis berdasarkan warna-warna naturalnya, berurut dari merah, jingga, kuning, hijau, biru, nila, ungu, sesuai dengan posisi dari psikolobus dasar sampai dengan mahkota. Pada kondisi fisik dan psikologis yang menunjukkan tingkat kesehatan yang baik maka aura

akan memiliki warna-warna yang cerah dan pancaran yang kuat.



Gambar 2.1. Lapisan-lapisan Biofield Tubuh

Biofield juga memproyeksikan tingkat interaksi antara diri dengan lingkungan melalui intelegensianya dalam mengakses pengalaman-pengalaman hidup, sikap hidup, serta tingkat kesadaran diri. Biofield merupakan layar tampilan yang terbentuk secara holografik (terutama pada setiap lapisan batas), dari perspektif berpikir yang

tumbuh melalui proses evolusi kesadaran sebagai sarana pendukung. Citra yang representatif dengan keseluruhan fenomena harmonisasi energi yang terjadi di alam semesta. Hal ini sepaham dengan persepsi tubuh sebagai proyeksi mikrokosmik dari alam makrokosmik.⁵⁴

b. Psikolobus

Letak pusat energi biofield ada di dalam tubuh manusia itu sendiri. Sehubungan tentang definisi biofield di atas, telah diketahui bahwa biofield adalah pancaran energi yang dihasilkan oleh bion di dalam tubuh manusia. Bion ini diaktifkan oleh generator (genset) yang tersebar pada 365 titik pada tubuh manusia, yang kemudian biasa disebut psikolobus atau latifah. Dengan demikian yang dimaksud dengan psikolobus adalah generator-generator energi yang berfungsi sebagai sistem kelistrikan dan energi di dalam tubuh manusia. Singkatnya, psikolobus adalah sel pembangkit biofield.⁵⁵

Psikolobus merupakan arti kata dari: Psiko yang berarti “Jiwa” (Berpikir, Merasa, Bertindak atau Cipta, Rasa, Karsa atau Control, Sensitivitas, Power) dan Lobus yang berarti “Kantung” dalam artian yang

⁵⁴ Tim LP2SDM-RTD, *Op.Cit*, hlm. 5.

⁵⁵ Agus Mustofa, *Op.Cit*, hlm. 180.

lebih luas Psikolobus dapat diartikan sebagai “Kantung Pengolahan Jiwa” sebagai suatu sistem yang dapat memproses bioenergi, baik energi dari dalam tubuh yang dialirkan keluar maupun energi diserap dari luar yang berupa medan prana ke dalam tubuh.⁵⁶

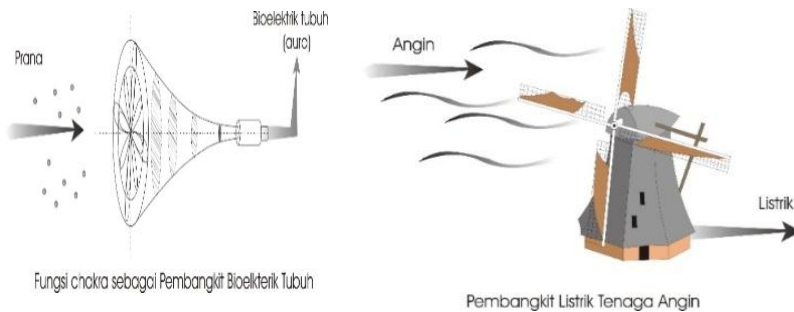
Psikolobus adalah pintu energi yang berfungsi memompa energi kotor keluar dari tubuh dan menggantinya dengan energi baru dan bersih.⁵⁷ Psikolobus merupakan pusat-pusat tenaga pada tubuh manusia yang aktif setiap saat entah itu disadari atau tidak. Energi bergerak melalui psikolobus untuk menghasilkan kondisi psikologis tubuh yang berbeda-beda, karena setiap psikolobus akan mempengaruhi kondisi psikologis tubuh, seperti perasaan marah, sedih, gembira, tenang, konsentrasi, dan lain-lain. Setiap psikolobus adalah pusat emosi dan pusat dari sebuah lapisan tubuh.

Dalam penyerapan energi prana, psikolobus lebih berfungsi sebagai generator bioenergi. Analogi dari kondisi ini dapat dilihat sistem pembangkit tenaga listrik tenaga angin, angin memutar baling-baling dan menghasilkan listrik, begitu pula pada sistem psikolobus, prana menggerakkan psikolobus

⁵⁶ Tim LP2SDM-RTD, *Op.Cit*, hlm. 8.

⁵⁷ Irmansyah Effendi, *Op.Cit*, hlm. 73.

dan menghasilkan biofield. Perbedaan dari sistem kerja antara pembangkit listrik dengan psikolobus yaitu pada PLT angin tidak diserap, sedangkan pada psikolobus prana ikut diserap. Saat tubuh menolak pengaruh energi prana yang dianggap merusak medan energi tubuh, maka psikolobus akan mengeluarkan energi dari dalam tubuh guna mendorong prana tersebut sehingga menjauh dari tubuh. Dalam hal ini psikolobus berfungsi sebagai motor.⁵⁸



Gambar 2.2. Analogi Sistem Psikolobus

Psikolobus dalam pengertian spiritual adalah tempat atau jalur keluar masuknya energi prana atau sebagai transformer energi. Psikolobus ini bila dilihat dengan mata batin akan terlihat seperti sebuah roda cahaya yang berputar atau seperti bunga teratai. Masing-masing psikolobus memiliki frekuensi dan

⁵⁸ Tim LP2SDM-RTD, *Op.Cit*, hlm. 8.

gelombang yang berbeda-beda. Setiap daun teratai mewakili jumlah frekuensi yang digetarkan, frekuensi terendah dimulai dari psikolobus terbawah dan semakin banyak jumlah daunnya, maka frekuensinya juga semakin tinggi. Jika psikolobus berputar searah jarum jam, maka psikolobus akan memompa masuk energi bersih kedalam tubuh. Namun sebaliknya, jika berputar berlawanan arah jarum jam, maka ia akan memompa keluar energi yang sudah terpakai dari dalam tubuh. Dengan fungsi yang sangat penting inilah, keseimbangan dan keaktifan psikolobus memegang peranan penting dalam aktifitas tubuh manusia, seperti kesehatan, kekuatan, kepekaan dan lain-lain.⁵⁹

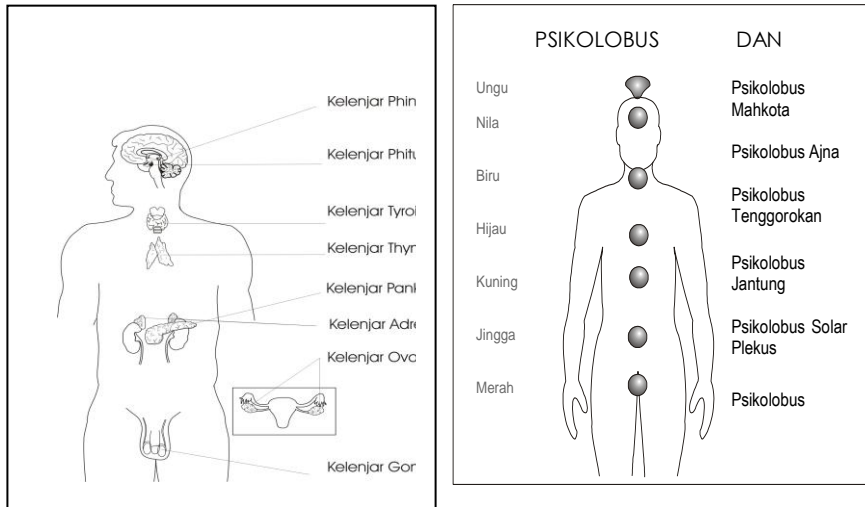
Terdapat banyak psikolobus pada tubuh manusia, yaitu sekitar 365 titik dengan berbagai ukuran, namun juga terdapat 7 psikolobus utama pada tubuh manusia yang berakar pada saluran sushumna, yaitu sebagai berikut:⁶⁰

⁵⁹ Alex Iskandar dan Endi Novianto, *Meditate & Growrich; Sehat, Kaya, dan Bahagia Duniawi-Spiritual*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2008), hlm. 14.

⁶⁰ Sitiatava Rizema Putra, *Op.Cit* , hlm. 50-66.

Tabel 2.2. Fungsi Psikologis Pada Psikolobus

PSIKOLOBUS	LETAK	KELENJAR TUBUH	FUNGSI PSIKOLOGIS
Mahkota	Puncak Kepala	Pineal	Alat pengontrol seluruh tubuh, penyempurnaan ilmu, kebijaksanaan, integritas kesadaran spiritual dengan tubuh
Kening	Diantara dua alis	Pituitary	Otoritas, intuisi, kreativitas
Tenggorokan	Tengah tenggorakan, beberapa millimeter di bawah pita suara.	Thyroid	Pengetahuan, logika, interpretasi, kemurnian, objektivitas
Jantung	terletak di tengah dada di antara kedua puting.	Thymus	Keterbukaan, adaptasi, asosiasi, respon seni, estetika, kasih sayang
Solar Plexus	Daerah cekung di antara tulang rusuk.	Pancreas	Pandangan, ego, emosi, rasa memiliki
Pusar	Di daerah pusar.	Adrenals	Fantasi, rasa kekeluargaan, hasrat
Dasar	Di ujung sumsum tulang belakang.	Gonads	Eksistensi, aktualisasi, vitalitas, stamina, pertahanan, dorongan hidup



Gambar 2.3. Letak Psikolobus Pada Tubuh Serta Warna Pancarannya

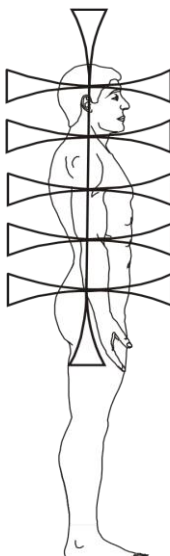
Tujuh pusat energi atau psikolobus utama terletak di kelenjar-kelenjar sepanjang garis tengah pinggang. Setiap psikolobus merupakan pusaran energi vital yang bergetar secara aktif yang melebar melalui dan di sekeliling permukaan tubuh. Masing-masing psikolobus ini mengeluarkan gelombang-gelombang getaran elektromagnetik yang dikenal sebagai biofield. Di pusat-pusat energi inilah, pikiran dan perasaan pertama kali berperan secara langsung dalam mempengaruhi dan mengatur seluruh fungsi tubuh, metabolisme, sirkulasi, eliminasi dan reproduksi.

1) Model Psikolobus dan Aliran Tubuh

Dalam perkembangan psikolobus, pada orang yang belum mengolah energi tubuhnya, psikolobus orang tersebut tidak berbentuk seperti terompet, melainkan hanya merupakan akumulasi medan energi yang berjalan terus-menerus sehingga membentuk seperti bola. Jika orang tersebut melakukan latihan pengolahan energi, maka medan energi pada psikolobus tersebut akan mencapai tingkat energi tertentu atau dengan kata lain mengalami kejenuhan. Setelah mencapai kondisi tertentu medan energi tersebut dapat berkembang secara terstruktur menjadi berbentuk seperti terompet.⁶¹

⁶¹ Tim LP2SDM-RTD, *Op.Cit*, hlm. 10.

Gambar 2.4. Pemodelan Psikolobus

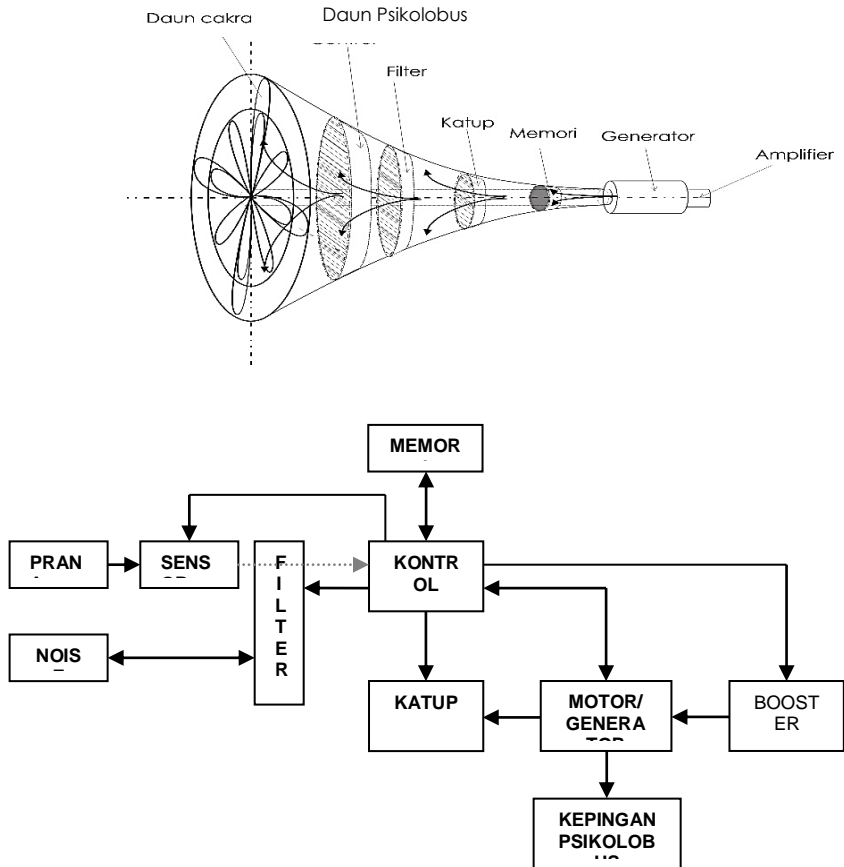


Model psikolobus pusat-pusat medan energi tubuh. Psikolobus menyatu pada **meridian utama** tubuh. Yaitu sumbu vertikal jika berputar pada saat berdiri tegak. Psikolobus mengarah selain ke depan juga ke belakang.

2) Struktur dan Cara Kerja Psikolobus

Psikolobus memiliki sistem kontrol yang cukup menarik untuk diamati, dengan memfungsikan organ-organnya, terdiri dari: daun psikolobus, controller, filter, katup, memori, generator/motor, serta booster.⁶²

⁶² Tim LP2SDM-RTD, *Ibid*, hlm. 10.



Gambar 2.5. Bagian-bagian Psikolobus

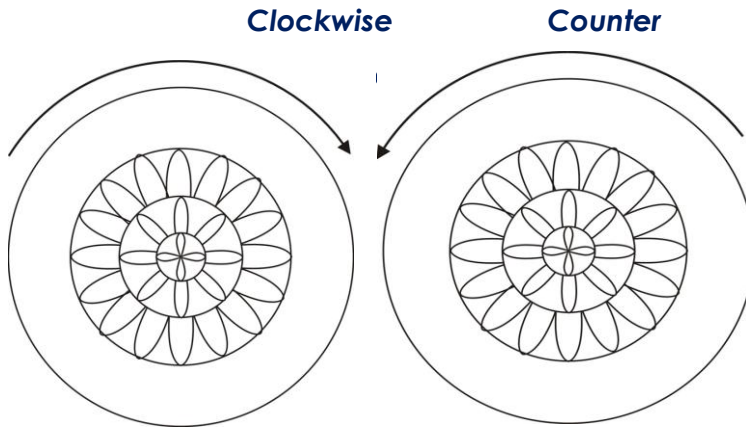
Jika ada medan prana tertentu yang berada di luar tubuh maka medan prana tersebut akan diidentifikasi oleh psikolobus. Identifikasi prana oleh psikolobus meliputi frekuensi, pola

getaran, jumlah atau koloni, serta amplitudo prana, dll.

Hasil dari identifikasi ini (bukan prananya) akan diteruskan ke bagian memori psikolobus untuk dilakukan suatu proses perbandingan. Jika memori psikolobus menerima bahwa prana tersebut sudah dikenal dan dapat dipakai, maka bagian katup psikolobus akan membuka untuk kesiapan dalam penyerapan prana. Sebelum prana diserap maka dilakukan proses penyaringan terlebih dahulu oleh bagian filter psikolobus.

Saat terjadi proses penarikan prana, bagian penggerak psikolobus yang berfungsi sebagai generator akan menggerakkan daun psikolobus. Didalam proses tersebut, bagian booster dapat diperbantukan untuk menambah daya penguatan tarikannya.

Pada proses ini, bagian daun psikolobus berputar searah dengan putaran jarum jam (clockwise-cw) jika dilihat dari luar tubuh. Prana yang di serap akan didistribusikan ke seluruh tubuh melalui saluran-saluran tertentu.



Gambar 2.6. Putaran Psikolobus

Ada perbedaan proses apabila prana yang telah diidentifikasi oleh psikolobus merupakan energi yang tidak bisa dimanfaatkan dan bahkan bersifat merugikan tubuh, setelah keseluruhan atau sebagian aktivitas seperti memori tidak berhasil mengkonfirmasi, bagian katup tidak dapat mengadaptasi, bagian filter tidak mampu menyaring, maka bagian penggerak dari psikolobus akan berubah fungsi menjadi motor psikolobus untuk menggerakkan daun psikolobus menolak prana tersebut. Dalam proses ini, bagian booster psikolobus dapat diperbantukan untuk menambah daya tolaknya, serta bagian keping psikolobus bergerak berlawanan arah dengan

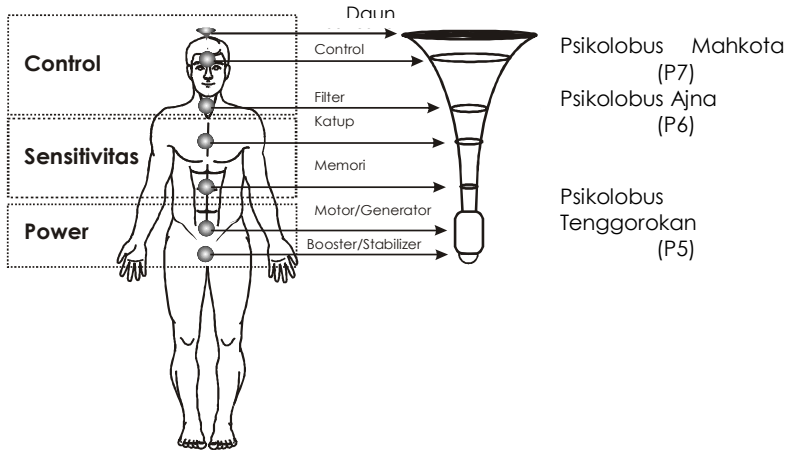
putaran jarum jam (*counter clockwise-ccw*) bila dilihat dari luar tubuh.

Pada proses di atas, jelas bahwa prana merupakan medan energi yang memuat informasi yang dapat diukur tingkat manfaatnya bagi tubuh melalui proses yang interaktif di antara organ-organ dari psikolobus tersebut yang memiliki sistem kontrol. Karena intelegensia psikolobus dengan ciri seperti hal tersebut di atas, maka psikolobus juga mengambil peranan penting dalam pendelegasian intelegensia otak ke seluruh tubuh, atau dengan kata lain psikolobus sebagai bagian dalam otorisasi fungsi pikiran atau kesadaran ke tubuh.⁶³

3) Fungsi Psikologis Sebagai Suatu Analogi dari Mekanisme Kerja Psikolobus

Dari struktur psikolobus yang memiliki bagian-bagian sesuai dengan fungsinya masing-masing, meletakkan gambar psikolobus pada sumbu vertikal tubuh, ternyata bagian-bagian psikolobus merupakan suatu model dari mekanisasi aspek-aspek psikologis tiap psikolobus sesuai letaknya pada tubuh sebagaimana tertuang dalam gambar di bawah ini:

⁶³ Tim LP2SDM-RTD, *Ibid*, hlm. 12-13.



Gambar 2.7. Psikolobus Super Mayor

Gambar psikolobus yang dikatakan “supermayor” terbentuk dari keseluruhan aspek C dari tiap psikolobus, kurang lebih seperti bentuk psikolobus yang awal tapi diposisikan vertikal. Disini terlihat psikolobus sebagai model fraktal pertumbuhan. Posisi-posisi bagian psikolobus memiliki kualitas-kualitas psikologi yang kurang lebih merupakan “parts” psikolobus. Bagian-bagian psikolobus supermayor merupakan suatu model dari mekanisasi aspek-aspek psikologis tiap psikolobus sesuai letaknya pada tubuh.

PSIKOLOBUS	FUNGSI PSIKOLOGIS PSIKOLOBUS	FUNGSI MEKANISASI
Mahkota	Alat pengontrol seluruh tubuh, penyempurnaan ilmu, kebijaksanaan, integritas kesadaran spiritual dengan tubuh	Daun psikolobus
Ajna	Otoritas, intuisi, kreativitas	Controller
Tenggorokan	Pengetahuan, logika, interpretasi, kemurnian, objektivitas	Filter
Jantung	Keterbukaan, adaptasi, asosiasi, respon seni, estetika, kasih sayang	Katup
Solar Plexus	Pandangan, ego, emosi, rasa memiliki	Memori
Tantian	Fantasi, rasa kekeluargaan, hasrat	Generator
Dasar	Eksistensi, aktualisasi, vitalitas, stamina, pertahanan, dorongan hidup	Booster

Tabel 2.3. Hubungan Pusat Energi, Aspek Psikologis, dengan Fungsi Mekanisasi Bioenergi

Tubuh merupakan suatu rahasia pergerakan energi yang memiliki mode fractal atau pengulangan. Mode pengulangan ini merupakan hal yang sangat berguna bagi manusia. Ambil contoh tentang fungsi otak manusia rata-rata yang hanya bekerja kurang dari satu persennya sedangkan sisanya belum diketahui. Jika individu dapat menemukan pola pembangkitan aktivitas sel otak atau neuron sehingga sinergis, maka sisa fungsi sel otak bisa diaktifkan. Kenyataannya banyak yang mampu mengaktifkan fungsi otaknya secara maksimal yang sering disebut sebagai *enlightenment* (pencerahan).

Kiranya diperlukan melihat kesatuan pikiran dan tubuh terefleksikan oleh pola energi yang relevan dengan

kesadaran. Jadi dengan demikian otak memiliki jumlah sel neuron 10 sampai 15 giga (10^9) yang masing-masing terdiri dari ribuan tentakel, dimana tiap tentakel memiliki ribuan tonjolan, merupakan suatu media yang harus di buat sinergis, maka tubuh memiliki peranan, sebagaimana persepsi *body is embodied mind*, maka tubuh perlu diolah untuk membangun biofield guna mensuplai suatu pola harmonisasi energi pada otak. Hal ini akan sesuai dengan konteks berpikir yang sebenarnya merupakan upaya penggalian pengalaman baik secara mikro di dalam otak, atau dengan penyertaan potensi energi tubuh, maupun secara makro melalui interaksi diri dengan lingkungan yang terus menerus.⁶⁴

5. Cara Kerja Senam Kecerdasan

Cara kerja senam kecerdasan disini memanfaatkan sistem limbik pada otak. Sel otak yang biasa disebut dengan *neuron* sebanyak 100 milyar, masing-masing memiliki kemampuan mencapai puluhan ribu koneksi untuk membangun sebuah informasi. Aliran informasi akan terjadi melalui hubungan titik kontak akson dan dendrit yang disebut dengan sinapsis. Hubungan di sinapsis ini terjadi melalui pancaran *neurotransmitter* yaitu zat yang memiliki sifat biokimia-elektronik-magnetik. Pola pikir yang kita kenal tidak lain

⁶⁴ Tim LP2SDM-RTD, *Ibid*, hlm. 13-14.

adalah pola interkoneksi antara sel yang membentuk sirkuit. Melalui latihan atau pengolahan senam kecerdasan secara terus-menerus, suatu keterampilan dan kekuatan pada area tersebut akan meningkat, dan kinerja di area-area lain juga ikut meningkat. Di dalam sebuah sistem sinergis keseluruhan adalah lebih besar dari pada sekedar jumlah bagian-bagiannya.⁶⁵

Di antara batang otak dan korteks terdapat sistem limbik, yang berperan dalam mempertahankan kelangsungan hidup. Sistem limbik terdiri dari *hypothalamus*, *hypocampus*, dan *thalamus*. *Hypothalamus* merupakan bagian terpenting dari otak mamalia, sehingga sering disebut sebagai otaknya otak, walaupun dengan berat hanya 4 gram saja, tetapi memiliki fungsi sebagai pengatur hormon, hasrat seksual, emosi, makan, minum, suhu tubuh, keseimbangan kimiawi, tidur dan bangun, sekaligus mengatur kelenjar utama dari otak, yaitu kelenjar *pituitary* atau nama lainnya adalah *hypophyse*. *Hypothalamus* adalah bagian yang memutuskan mana yang perlu mendapatkan perhatian dan mana yang tidak. *Thalamus*, melakukan pengelompokan pendahuluan informasi dari luar yang tiba di otak, dan menginformasikan ke korteks melalui *hypothalamus*.

⁶⁵ Rd. Aas Rukasa, *Op.Cit*, hlm. 53.

Hypocampus dianggap sebagai lokasi pembelajaran dan ingatan.⁶⁶

Selain memanfaatkan sistem limbik pada otak, senam kecerdasan juga memanfaatkan *psikolobus* atau medan energi sebagai generator yang merupakan *biofield* dalam tubuh fisik yang dapat menstimulasi semua bagian dalam maupun luar tubuh. Mekanisme dan fungsi psikolobus yang ajeg dan konsisten dengan fungsi dan peran kelenjar tubuh yang bekerja secara sistematis, proses kimiawi tubuh dan polarisasi energi dalam tubuh membuat dinamika psikis menjadi terjelaskan secara logis dan empirikal. Cara kerja dan dinamika intrapsikis seperti kognitif, emosi dan afeksi serta konasi menjadi lebih mudah dijelaskan dan mudah dipahami.

Adanya hubungan antara gerakan senam kecerdasan dan dinamika psikologis yang terjadi. Secara keseluruhan gerakan senam merangsang proses pencapaian individuasi, self synthesizing, objective, visioner, humility, humanity, self transformation, self control dan kesadaran spiritual. Berikut penjelasannya:⁶⁷

⁶⁶ Rd. Aas Rukasa, *Op.Cit*, hlm. 55.

⁶⁷ LP2SDM RTD, *Op.Cit* hlm. 4.

Gerakan	Pernafasan	Ritme	Dinamika Psikologis
Posisi tangan Posisi kaki Posisi badan	Tarik Tahan Buang	Mengalir Impak (nafas menekan dengan hentakan) Impuls (menekan dengan mengalir)	Dinamika intrapsikis antara fungsi kognitif, emosi, afeksi dan konasi berkembang optimal dan harmonis dalam proses pencapaian individuasi mencapai kesadaran transenden dan spiritual

Tabel 2.4. Tahap Gerakan Senam Kecerdasan

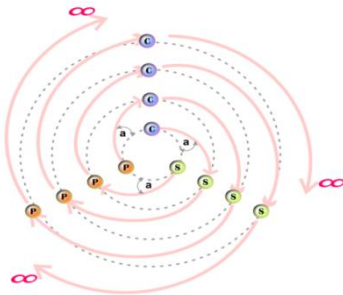
Gerakan	Dinamika dan Integerasi Psikolobus	Proses Psikodinamika
VI	Setelah terjadi stimulasi energi yang sudah berkualitas kemudian diarahkan ke psikolobus mahkota yang terkait <i>integrity</i> dan <i>wisdom</i> . Kemudian distimulasi ke bagian belakang kepala (ajna) terkait aspek <i>power</i> . <i>Output</i> energi yang sudah berkualitas dari psikolobus ajna didedikasikan ke psikolobus tantian kembali. Secara keseluruhan, kecerdasan adalah sistem yang terintegrasi dan memadukan potensi-potensi psikolobus tantian, solar	Individuasi Proses puncak perkembangan kepribadian yang matang secara holistik dan komprehensif. Proses ini bersifat progresif dan <i>gestalt</i> (bagian adalah keseluruhan, keseluruhan adalah bagian). Proses pemfokusan dan pembatinaan, realisasi diri yang utuh dimana <i>self</i> atau diri dapat berintegerasi secara dinamis dan harmonis di dalam ego. Proses penyatuan psikis ini

Gerakan	Dinamika dan Integerasi Psikolobus	Proses Psikodinamika
	fleksus dan jantung yang dipadukan dengan psikolobus ajna dan ajna menjadi bagian yang tidak terpisahkan	dihasilkan oleh fungsi psikis mencapai tahapan religius (pencapaian pada tahapan titik <i>God Spot</i>) dan transenden menjadi proses menuju kesadaran spritualitas
V	Energi yang sudah semakin berkualitas di level psikolobus solar fleksus mulai diarahkan untuk menstimulasi kreatifitas dan intuisi didepan psikolobus ajna, stimulasii lebih bersifat impuls	<i>Self Synthesizing</i> Dinamika proses mencapai kepribadian yang seimbang dan integral melalui fungsi transenden yang berkualitas, karena hasil interaksi antara energi psikis (kekuatan semangat, kemauan, keinginan, proses mengamati, berfikir, memperhatikan dan pengalaman) yang didukung energi fisik dalam struktur kepribadian
IV	Energi dari psikolobus jantung yang sudah berkualitas diarahkan ke atas (psikolobus ajna). Kualitas energi tidak hanya diarahkan ke psikolobus tenggorokan tetapi juga diarahkan pada psikolobus solar fleksus, dimana psikolobus ini sudah tidak bisa aktif lagi dengan kemauannya sendiri terkait dengan ego, emosi dan	<i>Objective & visioner</i> Transformasi entropi (keseimbangan) dimana fungsi rasional (pikiran dan perasaan) dan fungsi irasional (pengindraan dan intuisi) sudah selaras, dinamis dan simultan sehingga daya nalar terbentang luas dan mampu melihat visi baru serta berbeda

Gerakan	Dinamika dan Integerasi Psikolobus	Proses Psikodinamika
	memori mulai dibimbing oleh psikolobus tenggorokan (logika, pengetahuan dan pikiran)	
III	Pemanfaatan energi untuk menginisiasi aktifitas di psikolobus solar fleksus dengan syarat energi juga mulai diarahkan pada psikolobus tenggorokan secara 'mild'. Ekspansi energi mengembangkan psikolobus tenggorokan terkait dengan persepsi, logika dan pengetahuan	<i>Humility & Humanity</i> Kesadaran akan 'self' dan 'locus of control' mengembangkan rasa kemanusiaan dan keadilan tidak hanya pada sesama tapi juga pada alam semesta untuk mencapai tingkatan <i>life harmony</i>
II	Stabilisasi energi yang sudah terkumpul di psikolobus tantian, ditarik ke atas sebagai inisiasi dan sirkulasi aliran energi ke kepala dan simultan untuk psikolobus tantian supaya lebih stabil	<i>Self transformation</i> Tansformasi manajemen diri yang terolah antara ego, emosi dan memori yang sudah lebih berkualitas menumbuhkan kemandirian dan tanggung jawab. Bagaimana cara pandang, pengamatan dan reaksi terhadap dunia dalam dan dunia luar yang ditentukan oleh sikap ekstraversi (keterbukaan) atau sikap introversi (ketertutupan), dalam proses pencapaian aktualisasi diri dan mengembangkan 'meaning of self'

Gerakan	Dinamika dan Integerasi Psikolobus	Proses Psikodinamika
I	Penarikan energi dari luar tubuh yang dikumpulkan dari energi alam (elemen udara) yang kemudian diarahkan pada psikolobus jantung yang kemudian diekspansikan pada psikolubus tantian sebagai penggerak (<i>generator</i>) sebagai pusat <i>power</i>	<i>Self control</i> Psikolobus tantian (pusar) sebagai <i>drive</i> dan <i>courage</i> bekerja secara logis dan konsisten, mewujudkan dalam potensi-potensi yang aktif dan menjadi penggerak yang konstruktif dalam pengembangan kompetensi diri dalam <i>self</i> , sehingga proses pengolahan <i>self</i> menemukan differensiasi dan <i>self identification</i> . Proses ini dimulai dari tahap perkembangan <i>self image</i> menuju <i>self concept</i> yang berkembang secara positif. Fondasi awal yang kokoh dan menjadi konstruktif dalam proses tumbuh kembang sebagai awal kematangan kepribadian

Gambar 2.8. Arah Control Psikolobus



Kesadaran adalah proses interaksi dari aspek control, sensitivity dan power secara simultan.

Interaksi yang terus-menerus akan menciptakan perkembangan pada hirarki yang lebih luas dan lebih tinggi.

Periode dan frekuensi Senam Kecerdasan

Total Waktu latihan : \pm 40 jam

Periode latihan : 1 jam setiap hari (dapat dibagi dalam beberapa sesi)

C. Hubungan Senam Kecerdasan Dengan Kecerdasan Spiritual

Untuk mengetahui pengaruh antara variabel bebas yaitu senam kecerdasan dengan variabel terikat yaitu kecerdasan spiritual, maka dalam hal ini perlu diperjelas kembali hubungannya masing-masing variabel.

Senam kecerdasan adalah serangkaian latihan gerak tubuh tertentu dan pengolaha pernafasan yang tepat untuk mengolah sumber energi dalam tubuh secara simultan. Sistem yang terintegrasikan energi yang lebih berkualitas dapat diolah melalui sebuah proses dekonstruksi dan rekonstruksi sumber daya energi dan aliran energi sedemikian logis, sistimatis dan konsisten.⁶⁸

Dengan senam kecerdasan yang menggunakan gerakan-gerakan tubuh yang benar dan pengolahan napas yang tepat, serta mempertimbangkan tubuh sebagai medan energi dalam dan luar tubuh, akan menumbuhkan dan mengembangkan tubuh biologis, tubuh kimiawi dan fisika,

⁶⁸ Modul Dewan Pelatih, Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM-RTD), Yayasan Rukasa Terpadu, hlm, 3.

serta tubuh psikologis dalam proses mencapai kesadaran kosmik.⁶⁹

Senam kecerdasan disini memanfaatkan sistem limbik pada otak. Sel otak yang biasa disebut dengan *neuron* sebanyak 100 milyar, masing-masing memiliki kemampuan mencapai puluhan ribu koneksi untuk membangun sebuah informasi. Selain memanfaatkan limbik pada otak, senam kecerdasan juga memanfaatkan psikolobus atau medan energi sebagai generator yang merupakan biofield dalam tubuh fisik yang dapat menstimulasi semua bagian dalam maupun luar tubuh. Mekanisme dan fungsi psikolobus yang ajeg dan konsisten dengan fungsi dan peran kelenjar tubuh yang bekerja secara sistematis, proses kimiawi tubuh dan polarisasi energi dalam tubuh membuat dinamika psikis menjadi terjelaskan secara logis dan empirikal.

Melalui senam kecerdasan, kita menjadi lebih memahami arti dan makna kecerdasan sebagai sebuah sistem yang terintegrasi hasil pengelolaan ego, emosi dan memori yang sudah diperbaiki yang didukung oleh kreatifitas, intuisi, integritas dan *wisdom* dalam bagian yang tidak terpisahkan dan terkait satu sama lain. Senam kecerdasan juga memberikan kesempatan kepada manusia untuk memahami spiritualitas dalam kualitas yang begitu tinggi melampaui daya nalar yang selama ini terkungkung oleh aturan dan

⁶⁹ Tim LP2SDM-RTD, *Op.Cit*, hlm. 7.

doktrin yang kaku. Keyakinan (*belief system*) dan keimanan (*faith*) sebagai makhluk ciptaan yang membutuhkan spiritualitas menjadi tak terbantahkan, kemudian dapat dibuktikan secara logis dan sistematis dengan memahami prinsip dan asas cara kerja medan energi dalam tubuh manusia dan alam semesta. Energi memiliki prinsip, asas dan cara kerja yang amat cerdas dan jujur dengan mengikuti kaidah-kaidah yang semestinya. Kalimat '*Manusia yang mengenal dirinya, maka mengenal Tuhannya*' menjadi jelas dan mudah dipahami. Hal ini berarti jika individu melakukan senam kecerdasan dengan ajeg atau konsisten maka individu akan meningkat kecerdasan spiritualnya dengan baik. Sebaliknya, jika individu tidak melakukan senam kecerdasan maka individu kurang baik dalam meningkatkan kecerdasan spiritual.

Kecerdasan Spiritual adalah kecerdasan yang memberikan arti ibadah pada setiap perilaku dan kegiatan yang dilakukannya, yang mana perilaku dan kegiatan yang dilakukan tersebut sesuai dengan prinsip-prinsip kecerdasan spiritual yaitu prinsip ketuhanan, kepercayaan yang teguh, berjiwa kepemimpinan, berjiwa pembelajar, berorientasi pada masa depan, dan prinsip keteraturan.

Kecerdasan spiritual (SQ) merupakan landasan yang diperlukan untuk memfungsikan IQ dan EQ secara efektif,

bahkan SQ merupakan kecerdasan tertinggi seseorang.⁷⁰ Orang yang memiliki kecerdasan spiritual biasanya memiliki dedikasi kerja yang tulus dan jauh dari kepentingan pribadi (egoisme), apalagi bertindak dzalim pada orang lain.⁷¹

Peneliti yang dilakukan oleh Enny Yulianti (1601910020) mahasiswa UNNES dengan judul *“meningkatkan kecerdasan spiritual melalui metode bermain peran pada anak usia 4-5 tahun semester 1 di tk nasima semarang tahunpelajaran 2012/2013”* menunjukkan jika melalui metode bermain peran dapat meningkatkan kecerdasan spiritual anak usia 4-5 tahun semester 1 di TK Nasima Semarang tahun pelajaran 2012/2013.⁷² Oleh karena itu, jika metode bermain peran dapat meningkatkan kecerdasan spiritual maka kemungkinan melalui senam kecerdasan juga akan meningkatkan kecerdasan spiritual.

Dalam penelitian ini, peneliti meneliti tentang peningkatan kecerdasan spiritual berdasarkan kebiasaan melakukan senam kecerdasan adalah pengaruh yang positif. Korelasi positif terjadi apabila skor pada suatu variabel kenyataan diikuti secara konsisten oleh penyebaran skor pada variabel yang lain dengan arah yang sama, yakni skor tinggi

⁷⁰ Danah Zohar dan Ian Marshall, *Op.Cit*, hlm. 4.

⁷¹ Suharsono, *Melejitkan IQ,EQ,SQ*, (Tangerang: Ummah Publishing, 2009), hlm. 240.

⁷² Enny Yulianti, *Meningkatkan kecerdasan spiritual melalui metode bermain anak usia 4-5 tahun semester 1 di TK nasima semarang tahun pelajaran 2012/2013*, Skripsi, UNNES, 2012.

pada satu variabel diikuti skor tinggi pada variabel lain, sedang skor rendah diikuti pula oleh skor rendah.

D. Hipotesis

Hiotesis adalah suatu jawaban sementara dari permasalahan dalam penelitian atau kesimpulan yang belum sempurna. Sehingga perlu disempurnakan dengan membuktikan kebenaran hipotesis tersebut melalui sebuah penelitian.⁷³ Berdasarkan rumusan masalah di atas maka dapat diajukan hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut. Ada perbedaan kecerdasan spiritual antara siswa yang mengikuti senam kecerdasan (kelas XI SMA Al-Hasaniyyah) dan siswa yang tidak mengikuti senam kecerdasan (kelas X SMA Al-Hasaniyyah).

⁷³ Burhan Bungin, *Metode penelitian kuantitatif*, (Jakarta: Kencana, 2010), hlm. 75

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Menurut Soeyono, penelitian kuantitatif merupakan jenis penelitian yang didasarkan atas perhitungan persentase, rata-rata, Chi kuadrat dan perhitungan statistik lainnya. Dengan kata lain penelitian kuantitatif melibatkan diri pada perhitungan atau angka atau kuantitas,¹ karena data yang diperoleh nantinya berupa angka-angka atau banyak didominasi angka sebagai hasil suatu pengukuran berdasarkan pada variabel yang akan diteliti dan dioperasionalkan.²

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan lapangan, yaitu penelitian yang sering menjadikan objek sebagai ladang untuk diteliti dan mempunyai seribu satu fenomena dan masalah yang tak kunjung habisnya.³ Dalam penelitian ini menggunakan metode komparasi penelitian yang dilakukan untuk membandingkan suatu variabel, antara subjek yang

¹ Yusuf Soewadji, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Mitra Wacana Media, (Jakarta, 2012), hlm. 50.

² Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*, Erlangga, Yogyakarta, 2009, h. 30.

³ Burhan Bungin, *Metode Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Kencana, 2010), hlm. 43.

berbeda atau waktu yang berbeda dan menemukan hubungan sebab akibatnya.⁴

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala atau instrumen yang akan disusun berdasarkan variabel yang akan diteliti. Objek yang akan diteliti dalam data melalui indikator-indikator yang telah ditentukan dalam variabel independent (senam kecerdasan) dan variabel dependent (kecerdasan spiritual).

B. Variabel Penelitian

Variabel adalah segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. Variabel penelitian juga sering dinyatakan sebagai faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti.⁵ Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas atau variabel independen dan variabel terikat atau variabel dependen. Adapun variabel bebas atau variabel independen dalam penelitian ini adalah senam kecerdasan, yang mana senam kecerdasan merupakan variabel yang mempengaruhi variabel lain atau biasa disebut dengan variabel prediktor. Sedangkan variabel terikat atau variabel dependen adalah kecerdasan

⁴ Nana Syaodih Sukmadianata. *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2010)., hlm. 56.

⁵ Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, Raja Grafindo Persada, (Jakarta, 1995), hlm. 72.

spiritual, yang mana kecerdasan spiritual merupakan variabel yang dipengaruhi.⁶

C. Definisi Operasional

Definisi operasional menjelaskan tentang operasionalisasi variabel penelitian dengan indikator variabelnya, yaitu:

1. Senam Kecerdasan

Senam kecerdasan adalah serangkaian gerak tubuh tertentu dengan pengolahan nafas yang tepat untuk mengolah sumber energi dalam tubuh secara simultan.

Senam kecerdasan akan melatih dan mengembangkan kesadaran yang lebih tinggi, dengan enam tahapan gerakan senam kecerdasan dalam psikodinamika sebagai berikut:

a. Gerakan pertama

Penarikan energy dari luar tubuh yang dikumpulkan dari energi alam yang kemudian diarahkan pada psikolobus jantung yang kemudian diekspansikan pada psikolobus tantian sebagai pusat power.

b. Gerakan kedua

Stabilisasi energi yang sudah terkumpul di psikolobus tantian, ditarik ke atas sebagai inisiasi dan

⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)*, (PT Rineka Cipta, Jakarta, 2010), hlm. 97.

sirkulasi aliran energi ke kepala dan simultan untuk psikolobus tantian supaya lebih stabil.

c. Gerakan ketiga

Pemanfaatan energi untuk menginisiasi aktifitas di psikolobus solar fleksus dengan syarat energi juga mulai diarahkan pada psikolobus tenggorokan secara *mild*. Ekspansi energi mengembangkan psikolobus tenggorokan terkait dengan persepsi, logika dan pengetahuan.

d. Gerakan keempat

Energi dari psikolobus jantung yang sudah berkualitas diarahkan ke atas (psikolobus ajna). Kualitas energi tidak hanya diarahkan ke psikolobus tenggorokan tetapi juga diarahkan pada psikolobus solar fleksus, dimana psikolobus ini sudah tidak bisa aktif lagi dengan kemauannya sendiri terkait dengan ego, emosi dan memori mulai dibimbing oleh psikolobus tenggorokan (logika, pengetahuan dan pikiran).

e. Gerakan kelima

Energi yang sudah semakin berkualitas di level psikolobus solar fleksus mulai diarahkan untuk menstimulasi kreatifitas dan intuisi didepan psikolobus ajna, stimulasi lebih bersifat impuls.

f. Gerakan keenam

Setelah terjadi stimulasi energi yang sudah berkualitas kemudian diarahkan ke psikolobus mahkota yang terkait *integrity* dan *wisdom*. Kemudian distimulasi ke bagian belakang kepala (ajna) terkait aspek *power*. *Output* energi yang sudah berkualitas dari psikolobus ajna didedikasikan ke psikolobus tantian kembali. Secara keseluruhan, kecerdasan adalah sistem yang terintegrasi dan memadukan potensi-potensi psikolobus tantian, solar fleksus dan jantung yang dipadukan dengan psikolobus ajna dan ajna menjadi bagian yang tidak terpisahkan

2. Kecerdasan Spiritual

Kecerdasan spiritual yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kecerdasan yang dimiliki siswa dalam menempatkan perilaku agar dapat menemukan dan memanfaatkan makna dalam menyelesaikan dan memecahkan permasalahan hidup.

Dalam penelitian ini, indikator kecerdasan spiritual merujuk kepada teori Danah Zohar dan Ian Marshall yaitu:⁷

⁷ Danah Zohar dan I. Marshall, *SQ: Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*, Terj. Rahmani Astuti, Ahmad Nadjib Burhani, dan Ahmad Baiquni, Mizan, (Bandung, 2000), hlm. 14.

a. Kemampuan bersikap fleksibel

Kemampuan bersikap fleksibel yaitu mampu menyesuaikan diri secara spontan dan aktif untuk mencapai hasil yang baik, memiliki pandangan yang pragmatis (sesuai kegunaan), dan efisien tentang realitas.

b. Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit

Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit yaitu keadaan dimana individu tidak ingin menambah masalah serta kebencian terhadap sesama sehingga individu berusaha untuk menahan amarahnya dan berusaha berperilaku positif terhadap orang lain.

c. Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan.

Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan yaitu tetap tegar dalam menghadapi musibah serta mnegambil hikmah dari setiap masalah.

d. Berpandangan holistic

Berpandangan holistik yaitu melihat bahwa diri sendiri dan orang lain saling terkait dan bisa melihat keterkaitan antara berbagai hal secara logis dan rasional.

- e. Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu

Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu yaitu selalu berpikir sebelum bertindak agar tidak terjadi peristiwa yang tidak diharapkan dan tidak merugikan orang lain.

- f. Kesadaran diri yang tinggi

Kesadaran diri yang tinggi yaitu kesadaran yang mendalam sehingga bisa menyadari berbagai situasi yang datang dan menanggapi dengan baik.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁸

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa-siswi SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak tahun ajaran 2017-2018. Adapun alasan pengambilan populasi hanya kelas sepuluh dan kelas sebelas, karena siswa-siswi kelas tersebut lebih banyak waktu untuk mengikuti pelatihan senam kecerdasan, sehingga siswa-siswi tersebut dapat memaksimalkan dalam pelaksanaan

⁸ Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, ALFABTA, (Bandung, 2010), hlm. 61.

penelitian. Berikut adalah jumlah data dari populasi penelitian ini:

Tabel 3.1.
Jumlah Siswa-siswi MA Al Hasaniyyah Jragung
Karangawen Demak

Kelas	Jumlah Populasi (siswa-siswi MA Al Hasaniyyah)
X	20
XI	39
Total	59

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi.⁹ Di dalam penelitian apabila obyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi jika obyeknya besar atau lebih dari 100 dapat diambil sampel antara 10-15% atau 20-25% atau lebih dari keseluruhan populasi.¹⁰

Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah keseluruhan dari jumlah total siswa-siswi MA Al Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak kelas X dan kelas XI. Jumlah total siswa-siswi MA Al Hasaniyyah kelas X dan kelas XI kurang dari 100, maka sampel akan di ambil keseluruhan.

⁹ Sugiyono, *Ibid*, hlm. 62.

¹⁰ Suharsimi Arikunto, *Op.Cit*, hlm. 112.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala. Skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif.¹¹ Skala disini digunakan untuk mencari data kuantitatif dari pengaruh senam kecerdasan terhadap kecerdasan spiritual siswa-siswi MA Al Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak.

Skala yang akan digunakan dalam penelitian adalah skala Likert, yang mana skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan skala Likert, maka variabel yang akan di ukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari yang sangat positif sampai sangat negatif. Dan terdapat empat alternatif jawaban yang digunakan dalam skala likert ini yaitu ditabel berikut:¹²

¹¹ Sugiyono, *Op.Cit*, hlm. 33.

¹² Sugiyono, *Op.Cit*, hlm. 134-135.

Tabel 3.2.
Skor Skala Likert

Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak setuju (TS)	2	3
Sangat tidak setuju (STS)	1	4

Pernyataan favorable merupakan hal-hal yang positif atau mendukung terhadap sikap obyek. pernyataan unfavorable merupakan hal-hal yang negatif yakni tidak mendukung atau kontra terhadap sikap obyek yang hendak di ungkap.¹³

Dalam penelitian ini, peneliti tidak menyusun skala sendiri. Akan tetapi peneliti melakukan adopsi dari skala kecerdasan spiritual milik Riska Pramita Hapsari. Alasan peneliti menggunakan skala adopsi karena tujuan yang di inginkan sama yaitu kecerdasan spiritual. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *try out* terpakai atau uji coba terpakai. Sebagaimana dijelaskan Hadi dalam Yosefine Nandy Lestyana bahwa dalam *try out* atau uji coba terpakai hasil uji cobanya langsung digunakan untuk menguji hipotesis penelitian dan tentu saja hanya data dari item-item yang valid saja yang dianalisis. *Try out* terpakai atau uji coba terpakai mengandung kelebihan dan kelemahan. Resikonya adalah jika terlalu banyak item yang gugur dan terlalu sedikit item yang bertahan, peneliti tidak lagi mempunyai kesempatan untuk merevisi instrumen atau kuesionernya. Adapun kelebihanannya yaitu peneliti tidak perlu buang-buang waktu, tenaga, dan biaya untuk

¹³ Sukardi, *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*, (PT Bumi Aksara, Jakarta, 2009), hlm. 146-147.

keperluan uji coba.¹⁴ Adapun alasan utama peneliti menggunakan *try out* terpakai atau uji coba terpakai adalah untuk menghemat waktu dan tenaga dalam keperluan uji coba penelitian.

Tabel 3
Blue Print Skala Kecerdasan Spiritual

No	Aspek	Indikator	Jumlah Item		Jumlah
			F	UF	
1.	Kemampuan bersikap fleksibel	Mempunyai kemampuan berkomunikasi dan beradaptasi dengan baik		15, 19, 24	3
2.	Kemampuan untuk menghadapi dan melampaui rasa sakit	Memiliki sikap dan perilaku yang positif terhadap orang lain	2, 6	3, 8, 20	5
3.	Kemampuan untuk menghadapi dan memanfaatkan penderitaan	Memiliki kemampuan mengatasi permasalahan dalam hidup	12, 17, 18, 21, 30	4, 5, 25	8
4.	Berpandangan holistik	Mengembangkan sikap berpikir yang rasional dan logis	1, 13, 23, 27	9	5
5.	Keengganan untuk menyebabkan kerugian yang tidak perlu	Berusaha memanfaatkan segala sesuatu dengan baik dan tidak merugikan orang lain	7, 14, 22, 28	10, 11, 16, 29	8
6.	Kesadaran diri yang tinggi	Memiliki kemampuan untuk berbuat kebaikan		26,	1
Jumlah					30

¹⁴ Yosefine Nandy Lestyana, *Pengaruh Kualitas Komunikasi Kepemimpinan terhadap Motivasi Kerja Karyawan di PT XL AXIATA Tbk YOGYAKARTA*, Skripsi, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Atma Jaya (Yogyakarta, 2012), hlm. 51-52. <https://e-journal.uajy.ac.id/257/2/1/KOMO3391.pdf>.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah yang telah diajukan.¹⁵

Analisa yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik. Melalui analisis statistik diharapkan dapat menyediakan data-data yang dapat dipertanggung jawabkan untuk menarik kesimpulan yang benar dan untuk mengambil keputusan yang baik terhadap hasil penelitian. Karena jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif.

Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis statistik yang memanfaatkan *software* SPSS (*Statistical Package for Sosial Scince*). Adapun jenis analisis data dalam penelitian ini adalah *Uji T dependen*.

¹⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan; Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Alfabeta, (Bandung, 2012), hlm. 147.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Profil Sekolah SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak

Sekolah SMA Al-Hasaniyyah berada di yayasan sosial dan pendidikan Al-Hasaniyyah jl. Kauman Ngrajek Jragung Karangawen Demak 59566. Sekolah SMA Al-Hasaniyyah bersebelahan dengan Pondok Pesantren Al-Hasaniyyah satu gedung dengan SMP Al-Hasaniyyah.

Sekolah SMA Al-Hasaniyyah lahir bukan tanpa alasan, Sekolah SMA Al-Hasaniyyah didirikan dengan melihat kondisi masyarakat yang ada di sekitar dengan adanya anak-anak yang tidak mampu sekolah karena tidak memiliki uang, kurangnya dorongan dari orang tua, lingkungan yang minim dalam pendidikan. Sekolah SMA Al-Hasaniyyah lahir pada 1983 M. awal mula dari sebuah pondok pesantren salaf Al-Hasaniyyah, namun karna pak yai sedang duduk di kursi pemerintahan, lantas murid-murid yang ada di pondok pesantren semakin menyusut hingga habis. Pak yai prihatin melihat kondisi pondoknya dengan santrinya hari demi hari berkurang hingga habis serta melihat gedung yang begitu besar dan masih bagus. Namun, tidak ada yang menempatnya sehingga pak yai memanggil temannya yang menjadi kepala sekolah di SDN Jragung, pak yai mengatakan pada temannya yang bernama Sukadi, S.I.P. bahwa di tempat pak yai ada gedung besar masih bagus dan

tidak ada yang menempatnya, sehingga pak yai dan temannya berkeinginan untuk di jadikan sekolahan umum. Pak yai dan temannya mulai mencari murid dari masyarakat yang ada di sekitar terutama anak-anak yang tidak mampu sekolah. Alhamdulillah, pak yai dan temannya mendapat murid kurang lebih 10 siswa yang menjadi murid pertama kalinya di sekolah umum SMP Al-Hasaniyyah kemudian di didik dengan perlahan dan dengan kesabaran hingga melanjutkan sekolah di SMA Al-Hasaniyyah. Pembentukan SMA Al-Hasaniyyah merupakan trobosan bagi anak-anak yang tidak mampu sekolah dengan biaya tinggi, sehingga anak-anak yang melanjutkan sekolah di SMA Al-Hasaniyyah tidak menanggung biaya belajar. SMA Al-Hasaniyyah yang terakreditasi B mempunyai 2 jurusan yaitu IPA dan IPS.

2. Visi dan Misi SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak

Disini akan dijelaskan mengenai visi dan misi SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak yaitu:

a. Visi :

“ Unggul dalam berprestasi, santun dalam berbudi dengan berdasar Iman dan Taqwa”.

b. Misi :

- 1) Memberikan bekal kemampuan dasar yang merupakan perluasan dalam penungkatan pengetahuan dan berbudi pekerti yang luhur.
- 2) Mendorong dan menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran agama yang di anut dan nilai-nilai

budaya bangsa, sehingga menjadi sumber kearifan dalam bertindak, berperilaku dan bertuturkata.

- 3) Mendorong dan menumbuhkan semangat berpartisipasi unggul secara intensif kepada seluruh warga sekolah.

3. Sarana dan Prasarana Sekolah SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak

Sekolah SMA Al-Hasaniyyah terdapat beberapa sarana atau fasilitas yang dapat digunakan untuk menunjang kegiatan proses belajar mengajar.

a. Ruang Belajar

SMA Al-Hasaniyyah menempati gedung kelas X, kelas XI dan kelas XII yang dilengkapi dengan papan tulis serta bangku dan meja, sebagai sarana pembelajaran.

b. Lapangan

SMA Al-Hasaniyyah memiliki lapangan untuk memenuhi aktifitas belajar ekstra yang ditetapkan oleh sekolahan.

4. Daftar guru SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak.

Berikut adalah daftar guru SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak, yaitu:

- a. Sukadi. S.I.P.
- b. M. Ishomuddin, S.Pd.I.
- c. Muh. Sholeh, S.Pd.I.
- d. Budi Eko Styono Riau, S.Pd.I.

- e. Husnul Khotimah, S.Pd.
- f. Ninik Dwi setyaningsih, S.Pd.
- g. Andre Susseno
- h. Ahmad Watsiq, S.Pd.I
- i. Rizka Yuliani, S.Pd.
- j. Erawati, S.Pd.
- k. Dika Ahmad Fauzi, S.Pd.
- l. Nuruddin, S.Pd.I.
- m. Nafi'atul Basyariyah, S.Sos.
- n. Candra Pangestu, S.Pd.
- o. Fitria, S.Pd.
- p. Abdul Aziz, S.Pd.I.

5. Deskriptif penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan di lapangan depan sekolah SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak pada tanggal 22 November 2017. Subjek yang terdiri dari siswa-siswi dari kelas X dan XI. Siswa kelas X merupakan sabjeg yang tidak melaksanakan senam kecerdasan sedangkan kelas XI merupakan subjek yang melakukan senam kecerdasan. Pengisian sekala kelas XI dilakukan pada tanggal 22 November 2017 jam pertama pukul 07.00-08.00 WIB. Kemudian kelas X dilakukan pukul 08.00-09.00 WIB.

Untuk mendapatkan gambaran secara umum tentang data kecerdasan spiritual yang tidak mengikuti senam kecerdasan kelas X dan yang melakukan senam kecerdasan

kelas XI SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak, dianalisis secara deskriptif guna mengetahui skor minimum maupun skor maksimum, dan untuk mendapatkan nilai kecenderungan sentral (*mean*), dan standar deviasi. Berikut hasil SPSS deskriptif statistik:

Tabel 4.1.
Descriptive Data Kecerdasan Spiritual Kelas X dan Kelas XI
Menurut SPSS versi 16.0

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
SK	39	93.26	9.519	75	109
TSK	20	85.20	8.520	69	97

Terdapat cara lain untuk menganalisis data deskripsi penelitian yaitu dengan cara yang lebih manual, namun diharapkan mampu membaca secara lebih jelas kondisi mahasiswa termasuk dalam kategori yang mana.

a) Analisis Deskripsi Data Kecerdasan Kelas X dan Kelas XI

Analisis deskripsi bertujuan untuk memberikan deskripsi subjek penelitian berdasarkan data dari variabel yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis. Dari data penelitian kecerdasan spiritual yang tersedia, dibutuhkan lagi perhitungan untuk menentukan:

- 1) Nilai batas minimum dengan mengandaikan responden atau seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan pada item yang mempunyai skor terendah

atau 1 dengan jumlah item 30. Sehingga nilai batas minimum adalah jumlah responden dikalikan bobot pertanyaan dikalikan bobot jawaban = $1 \times 30 = 30$.

- 2) Nilai batas maksimum dengan mengandaikan responden atau seluruh responden menjawab seluruh pertanyaan pada item yang mempunyai skor tertinggi atau 4 dengan jumlah item 30. Sehingga nilai batas maksimum adalah jumlah responden dikalikan bobot pertanyaan dikalikan bobot jawaban = $30 \times 4 = 120$.
- 3) Jarak antara batas maksimum dan batas minimum = $120 - 30 = 90$.
- 4) Jarak interval merupakan hasil dari jarak keseluruhan dibagi jumlah kategori = $90 : 4 = 22,5$

Dengan perhitungan di atas akan diperoleh realitas seperti berikut:

30 52,5 75 97,5 120

Dari gambar diatas dapat dibaca:

Interval $30 - 52,5 =$ Rendah

$52,5 - 75 =$ Sedang

$75 - 97,5 =$ Tinggi

$97,5 - 120 =$ Sangat Tinggi

Hasil olahan data dapat dikategorikan menjadi tiga yaitu 1 siswa kelas XI dan 3 siswa kelas X (dengan interval nilai skor berkisar antara $52,5 - 75$) memiliki kecerdasan spiritual yang sedang, 20 siswa kelas XI dan 17 siswa kelas X (dengan interval

nilai skor berkisar antara 75 – 97,5) memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi, dan 21 siswa kelas XI (dengan interval nilai skor berkisar antara 97,5 – 120) memiliki kecerdasan spiritual yang sangat tinggi. Berdasarkan hasil penggolongan interval tersebut maka dapat diambil kesimpulan bahwa siswa SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak, memiliki tingkat kecerdasan spiritual yang sangat tinggi.

Tabel 4.2.
Klasifikasi kecerdasan spiritual siswa kelas XI
SMA Al-Hasaniyyah

Interval	Kualitas	Variabel (56 siswa)	Kriteria
30 – 52,5	Rendah	-	Sangat Tinggi
52,5 – 75	Sedang	1 (1.78%)	
75 – 97,5	Tinggi	20 (35.72%)	
97,5 - 120	Sangat Tinggi	21 (37.5%)	

Tabel 4.3.
Klasifikasi kecerdasan spiritual siswa kelas X SMA
Al-Hasaniyyah

Interval	Kualitas	Variabel (56 siswa)	Kriteria
30 – 52,5	Rendah	-	Tinggi
52,5 – 75	Sedang	3 (5.36%)	
75 – 97,5	Tinggi	17 (30.36%)	
97,5 - 120	Sangat Tinggi	-	

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa 1,78% Siswa kelas XI yang mengikuti senam kecerdasan memiliki kecerdasan spiritual sedang,

sebanyak 35,72% Siswa memiliki kecerdasan spiritual tinggi, dan sebanyak 37,5% siswa memiliki kecerdasan spiritual sangat tinggi. Sedangkan pada Siswa kelas X yang tidak mengikuti senam kecerdasan sebanyak 5,36% siswa memiliki kecerdasan spiritual sedang dan sebanyak 30,36% memiliki kecerdasan spiritual tinggi.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Normalitas

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu pengujian normalitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data. Data yang normal berarti mempunyai sebaran yang normal pula. Dengan demikian, data tersebut dianggap dapat mewakili populasi.¹

Dalam uji normalitas, peneliti menggunakan Sig. di bagian Kolmogorov-Smirnov^a karena data yang diuji lebih besar daripada 50 (respondennya lebih dari 50 orang).²

Kriteria pengujian:

- a. Angka signifikansi uji Kolmogorov-Smirnov Sig. > 0,05 menunjukkan data berdistribusi normal.

¹ Haryadi Sarjono dan Winda Julianita, *SPSS vs LINEAR Sebuah Pengantar, Aplikasi untuk Riset*, (Salemba Empat, Jakarta, 2011), hlm. 64.

² Haryadi Sarjono, *Ibid*, hlm. 64.

- b. Angka signifikansi uji Kolmogorov-Smirnov Sig. < 0,05 menunjukkan data tidak berdistribusi normal.

Hasil Uji Normalitas Kecerdasan Spiritual:

Tabel 4.4.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		SK	TSK
N		39	20
Normal Parameters ^a	Mean	93.26	85.20
	Std. Deviation	9.519	8.520
Most Extreme Differences	Absolute	.152	.129
	Positive	.110	.083
	Negative	-.152	-.129
Kolmogorov-Smirnov Z		.952	.576
Asymp. Sig. (2-tailed)		.325	.894

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas bahwa nilai Kolmogorov-smirnov^z yang mengikuti senam kecerdasan memiliki skor 0.325 dengan ($p > 0.05$), sedangkan yang tidak mengikuti senam kecerdasan memiliki skor 0.894 dengan ($p > 0.05$). hal ini dapat di simpulkan bahwa data tersebut memiliki distribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas bertujuan untuk menguji perbedaan antara kedua kelompok atau beberapa kelompok yang berbeda subjeknya atau sumber datanya. Apabila $\rho > 0,05$ maka data homogen dan jika $\rho < 0,05$ maka data tidak homogen.

Tabel 4.5.**Test of Homogeneity of Variances**

Nilai

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.074	1	57	.304

Tabel 4.6.**ANOVA**

Nilai	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	858.076	1	858.076	10.142	.002
Within Groups	4822.636	57	84.608		
Total	5680.712	58			

Berdasarkan hasil pengujian di atas, nilai $F = 10.142$ dan diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0.304 lebih besar dari 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang diujikan mempunyai varian yang sama atau homogen.

3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis penelitian bertujuan untuk membuktikan kebenaran dari hipotesis yang diajukan. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Ada perbedaan Kecerdasan spiritual antara siswa yang mengikuti senam kecerdasan (kelas XI SMA Al-Hasaniyyah) dan siswa yang tidak mengikuti senam kecerdasan (kelas X SMA Al-Hasaniyyah)”. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik uji T

Independent dengan bantuan program SPSS 16.0 *for windows*. Berikut tabel yang berisi hasil uji hipotesis.

Berdasarkan hasil dari uji normalitas data berdistribusi normal dan berdasarkan uji homogenitas, maka pengujian hipotesis menggunakan Uji Independen T-test. Dengan ketentuan Jika nilai signifikansi atau sig. (2-tailed) $> 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak, dan apabila signifikansi atau sig.(2-tailed) $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

H_0 = Tidak ada perbedaan kecerdasan spiritual antara siswa yang mengikuti senam kecerdasan (kelas XI SMA Al-Hasaniyyah) dengan siswa yang tidak mengikuti senam kecerdasan (kelas X SMA Al-Hasaniyyah).

H_a = Ada perbedaan kecerdasan spiritual antara siswa yang mengikuti senam kecerdasan (kelas XI SMA Al-Hasaniyyah) dengan masiswa yang tidak mengikuti senam kecerdasan (kelas X SMA Al-Hasaniyyah).

Tabel 4.7.

Group Statistics

Kelompok		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Nilai	mengikuti senam kecerdasan	39	93.26	9.519	1.524
	tidak mengikuti senam kecerdasan	20	85.20	8.520	1.905

Tabel 4.8.
Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Nilai	Equal variances assumed	1.074	.304	3.185	57	.002	8.056	2.530	2.991	13.122
	Equal variances not assumed			3.302	42.421	.002	8.056	2.440	3.134	12.979

Berdasarkan data yang diperoleh di atas kelompok yang mengikuti senam kecerdasan *mean* lebih tinggi dari pada yang tidak mengikuti senam kecerdasan itu lebih rendah maka hasil T-test positif, jika kelompok yang mengikuti senam kecerdasan *mean* lebih rendah dari yang tidak mengikuti senam kecerdasan maka hasil T-test negatif. Karena yang mengikuti senam kecerdasan memiliki *mean* lebih tinggi 93,26 dari yang tidak mengikuti senam kecerdasan 85,20 maka hasil T-test positif, dengan uji hipotesis menunjukkan koefisien perbedaan independen sampel T-test sebesar 3,185 dengan taraf Sig. (2-tailed) = $0.002 < 0.05$. maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa H_a diterima. Yang artinya ada perbedaan kecerdasan spiritual antara siswa kelas X (tidak mengikuti senam kecerdasan) dan siswa kelas XI (mengikuti senam kecerdasan).

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data dapat dijelaskan dan diketahui bahwa dalam penelitian ini terdapat: Variabel Kecerdasan Spiritual dan Variabel Senam Kecerdasan ini memenuhi uji validitas dan realibilitas instrumen. Dari hasil validitas dan realibilitas menunjukkan bahwa variabel dan indikator variabel-variabel dalam penelitian ini dinyatakan tidak semuanya valid.

Hasil analisis data tentang perbedaan kecerdasan spiritual pada Siswa kelas X (tidak melakukan senam kecerdasan) dan kelas XI (mengikuti senam kecerdasan) SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak, didapatkan hasil perhitungan Independen Sampel T-test sebesar 3,185 dengan sig (2-tailed) = $0,002 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kecerdasan spiritual kelas X (tidak mengikuti senam kecerdasan) dan kelas XI (mengikuti senam kecerdasan) SMA Al-Hasaniyya Jragung Karangawen Demak. Maka dapat diambil pemahaman bahwa, ada pengaruhnya antara siswa yang melakukan senam kecerdasan dan yang tidak melakukan senam kecerdasan terhadap kecerdasan spiritual. Jadi hipotesis diterima.

Masalah senam kecerdasan spiritual berdasarkan senam kecerdasan siswa SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak mempunyai pengaruh yang positif. Dimana siswa yang sering melakukan senam kecerdasan maka akan memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi atau

baik, sehingga dapat berperilaku yang fleksibel, mengendalikan stres, mengambil keputusan dan resiko yang baik, berpandangan yang holistic, serta memiliki kesadaran yang tinggi. Karena kecerdasan spiritual memberikan kemampuan untuk membedakan mana yang baik dan yang buruk serta kemampuan yang menyesuaikan aturan yang kaku diikuti dengan pemahaman dan kecintaan.

Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa responden yang sering berlatih melakukan senam kecerdasan akan mempunyai pengaruh atau meningkatkan kecerdasan spiritual yang baik. Hal ini sejalan dengan pendapat Monty P. Striadarma dan Fadelis E. Waruwu yang menyatakan bahwa Manusia membutuhkan perkembangan “kecerdasan spiritual” (SQ) untuk mencapai perkembangan diri yang lebih utuh. Manusia membentuk karakter untuk melalui penggabungan antara pengalaman dan visi. Artinya, melalui ketegangan antara apa yang benar-benar manusia lakukan dan hal-hal yang lebih besar dan lebih baik yang mungkin manusia lakukan. Kecerdasan spiritual mengajak manusia memasuki jantungnya segala sesuatu, nilai-nilai kemanusiaan (*Being Values*): kegembiraan, rasa humor, daya cipta kecantikan dan kejujuran.³ Dalam hal ini manusia diuntut untuk meningkatkan kecerdasan spiritual dengan kesungguhan atau usaha yang maksimal. Sehingga siswa yang sungguh-sungguh

³ Monty P. Satriadarma dan Fadelis E. Waruwu, *mendidik kecerdasan* (Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003), hlm. 45.

melakukan peningkatan spiritual melalui senam kecerdasan ini, maka akan mengetahui seberapa besar peningkatan kecerdasan spiritual dirinya untuk mengaplikasikan pada kehidupan sehari-hari.

Dalam kaitan antara peningkatan kecerdasan spiritual dengan senam kecerdasan adalah pada aspek metode. Berdasarkan peneliti yang dilakukan oleh Enny Yulianti (1601910020) mahasiswa UNNES dengan judul *“meningkatkan kecerdasan spiritual melalui metode bermain peran pada anak usia 4-5 tahun semester 1 di tk nasima semarang tahunpelajaran 2012/2013”* peneliti menemukan bahwa melalui metode bermain peran dapat meningkatkan kecerdasan spiritual anak usia 4-5 tahun semester 1 di TK Nasima Semarang Tahun Pelajaran 2012/2013. Hal tersebut ditandai dari ketercapaian indikator keberhasilan penelitian tindakan kelas dan adanya peningkatan kecerdasan spiritual pada kondisi awal sebesar 38%, siklus I sebesar 63% dan pada siklus II sebesar 83%. Sehingga prosentase kenaikan dari prasiklus (kondisi awal) ke siklus I adalah 15% dan prosentase kenaikan dari siklus I ke siklus II adalah 20%.⁴ Hal ini berarti jika seseorang melakukan peningkatan kecerdasan spiritual dengan serius, maka akan menghasilkan peningkatan kecerdasan spiritual yang baik, sebaliknya orang yang

⁴ Enny Yulianti, *meningkatkan kecerdasan spiritual melalui metode bermain peran pada anak usia 4-5 tahun semester 1 di tk nasima semarang tahunpelajaran 2012/2013*, (Skripsi, Fakultas Psikologi, UNNES, 2013).

melakukan peningkatan kecerdasan spiritual dengan cara yang tidak serius maka tidak akan menghasilkan peningkatan yang baik.

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan diatas menunjukkan bahwa senam kecerdasan berpengaruh atas peningkatan kecerdasan spiritual siswa SMA Al-Hasaniyyah Jragung Karangawen Demak. Sehingga Ho ditolak dan Ha diterima.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan koefisien perbedaan Independen Sampel T Test sebesar 3,185 dengan taraf signifikansi 0,002. Oleh karena itu nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan kecerdasan spiritual kelas X (tidak mengikuti senam kecerdasan) dan kelas XI (mengikuti senam kecerdasan) SMA Al-Hasaniyya Jragung Karangawen Demak. Maka dapat diambil pemahaman bahwa siswa yang melakukan senam kecerdasan dengan baik dan dengan kapasitas yang dianjurkan akan adanya peningkatan kecerdasan spiritual yang baik.

Berdasarkan hasil analisis deskripsi data senam kecerdasan menunjukkan bahwa 1,78% Siswa kelas XI yang mengikuti senam kecerdasan memiliki kecerdasan spiritual sedang, sebanyak 35,72% Siswa memiliki kecerdasan spiritual tinggi, dan sebanyak 37,5% siswa memiliki kecerdasan spiritual sangat tinggi. Sedangkan pada Siswa kelas X yang tidak mengikuti senam kecerdasan sebanyak 5,36% siswa memiliki kecerdasan spiritual sedang dan sebanyak 30,36% memiliki kecerdasan spiritual tinggi.

B. Saran

Atas dasar penelitian dan kesimpulan di atas, ada beberapa saran yang patut dipertimbangkan bagi banyak pihak yang berkepentingan, antaranya sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dalam bidang pendidikan bahwa bukan hanya menjalankan semangat siswa dan menekan untuk berprestasi yang baik saja, akan tetapi pembentukan karakter siswa juga harus dipertimbangkan, dapat melalui metode apapun, seperti halnya melakukan senam kecerdasan ini juga sangat diperlukan.
2. Bagi siswa, senam kecerdasan dapat dilakukan berulang kali disetiap waktu luang dan dimana pun tempat berlatihnya, supaya dapat membantu kalian dalam kondisi-kondisi yang sering membuat kalian resah atau galau, semakin kalian melakukan senam kecerdasan ini, semakin besar kalian akan menemukan manfaatnya.
3. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan senam kecerdasan diharapkan mempertimbangkan variabel-variabel lainnya yang bisa mempengaruhi nilai-nilai positif pada seseorang.

C. Penutup

Penulis bersyukur kehadiran Allah SWT, karena atas limpahan rahmat, taufiq dan hidayah-Nyalah, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa penulis sampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu baik materiil maupun spritual dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari, bahwa skripsi yang penulis susun ini masih jauh dari kesempurnaan. Maka saran dan kritik yang konstruktif sangatlah penulis harapkan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat khususnya bagi penulis sendiri dan bagi pembaca pada umumnya. Amin.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Syadi, Kholid, *Periksalah Hati Anda*, Surakarta: Insan Kamil, 2008.
- Agustin, Ary Ginanjar, *ESQ, the ESQ Way 165, 1 Ihsan 6 Rukun Iman 5 Rukun Islam*, Jakarta: Penerbit Arga, 2005.
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik)*, PT Rineka Cipta, Jakarta, 2010.
- Azwar, Saifuddin, *Penyusunan Skala Psikologi*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 1999.
- B. Purwakania Hasan, Aliah, *Psikologi Perkembangan Islami*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2008.
- Bungin, Burhan, *Metode Penelitian Kuantitatif*, Jakarta: Kencana, 2010.
- B. Uno, Hamzah, *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*, Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2006.
- chaplin, J.P., *kamus lengkap psikologi* Terjemahan Kartini Kartono, Jakarta; PT. Raja Grafindo Persada, 2008.
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa edisi ke-IV*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2008.
- Effendi, Irmansyah, *REI KI TUMMO: Teknik Efektif untuk Meningkatkan Kesadaran dan Energi Spiritual*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2005.
- Ginanjar, Ari, *Rahasia sukses membangkitkan ESQ*, Jakarta: Agra publishing, 2007.
- Hady, M. Syamsul, *Islam Spiritual: Cetak-biru Keserasihan Eksistensi*, Malang: UIN-Malang Press, 2007.
- Hapsari, Riska Pramita, *Hubungan Kecerdasan Spiritual dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa D IV Kebidanan Fakultas*

Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, 2010.

Hidayat, Shonnief, *Materialisasi Aura Dalam Afirmasi Daya Tarik Cinta (Studi Kasus di Lembaga Seni Pernafasan Radiasi Tenaga Dalam)*, Skripsi, Semarang: Fak. Ushuluddin UIN Walisongo, 2013.

<http://www.sarjanaku.com/2013/01/kecerdasan-spiritual-perspektif-menurut.html>.

Idrus, Muhammad, *Metode Penelitian Ilmu Sosial Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*, Erlangga, Yogyakarta, 2009.

Iskandar, Alex dan Novianto, Endi, *Meditate & Growrich; Sehat, Kaya, dan Bahagia Duniawi-Spiritual*, Jakarta: Elex Media Komputindo, 2008.

Khikmawati, Nurul, *Pengembangan Kecerdasan Emosi dan Spiritual pada Anak Studi Al-Quran Ilmu Kedo Analisis Surat Luqman ayat 13-19*, Yogyakarta: Skripsi, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, 2007.

Kusumawati, Ririen, *Artificial Intelligence Menyamai Kecerdasan Buatan Illahi?*, Malang: UIN-Malang Press, 2007.

Lestyana, Yosefine Nandy, *Pengaruh Kualitas Komunikasi Kepemimpinan terhadap Motivasi Kerja Karyawan di PT XL AXIATA Tbk YOGYAKARTA*, Skripsi, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Atma Jaya (Yogyakarta, 2012.

LP2SDM RTD, *Modul Senam Kecerdasan Dalam Multidisiplin Ilmu*, Bandung, Yayasan Rukasa Terpadu, 2015.

Modul Dewan Pelatih, Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD (LP2SDM-RTD), Yayasan Rukasa Terpadu.

Mukhoyyaroh, Lilik Maftuhatul, *Hubungan tingkat kecerdasan spiritual (SQ) dengan kesadaran siswa menjauhi perilaku menyimpang pada siswa kelas VIII MTs Al-Uswah kecamatan bergas kabupaten semarang tahun 2011*, Skripsi, STAIN Salatiga, 2011.

- Mujid, Abdul dan Mudzakir, Jusuf, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002.
- mubayidh, Makmun, *Kecerdasan dan Kesehatan Emosional Anak terjemahan Muhammad Muchson Anasy*, Jakarta: Pustaka Al-kautsar, 2006.
- Muklasin, Ali, *Pengembangan Kecerdasan Spiritual dalam Meningkatkan Sumberdaya Guru*, Malang: Program Magister Manajemen Pendidikan Islam Sekolah Pasca Sarjana Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2013.
- Muhammad as-Sayyid, ‘Abdul Basith, *The Spiritual Power “Membangkitkan Kekuatan Paling Dahsyat Dalam Diri”*, Terj. Muhtadi Kadi, Jakarta: Nakhlah Pustaka, 2008.
- Mustofa, Agus, *Dzikir Tauhid dan Pancaran Aura*, Surabaya: Padma Press, 2006.
- P. Satriadarma, Monty dan E. Waruwu, Fadelis, *mendidik kecerdasan* Jakarta: Pustaka Populer Obor, 2003.
- Proposal, *senam kecerdasan dalam multidisiplin ilmu*, LPM2RTD.
- Rois Al Kalim, Roinal, *Optimalisasi Energi Prana Dalam Meningkatkan Extra Sensory Percertion (Studi Kasus di Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia RTD Unit Psikosufistik Walisongo Semarang)*, Skripsi: Semarang, Fak. Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, 2016.
- Rizema Putra, Sitiatawa, *Rahasia Energi Aura Manusia*, Jogjakarta: FlashBooks, 2011.
- Rukasa, Rd. Aas, *LSP. Radiasi Tenaga Dalam*, Bandung: RTD, 1998.
- Rukasa, Ir. Rd. Aas, *Cosmic Intellegence*, Bandung, Pituari Inspira Semesta, 2013.
- Sabri, Alisuf, *Psikologi Pendidikan* Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 2007.
- Safari, Triantoro, *Spiritual Intelegece*, Yogyakarta, Graha Ilmu, 2007.

- Sarjono, Haryadi dan Julianita, Winda, *SPSS vs LINEAR Sebuah Pengantar, Aplikasi untuk Riset*, Salemba Empat, Jakarta, 2011.
- Shihab, M. Quraish, *Dia di mana-mana "Tangan" Tuhan di balik setia fenomena*, Jakarta, Lentera Hati, 2006.
- Slate, Joe H., *Energi Aura: Memanfaatkan energi auara untuk menjaga kesehatan & meraih keberhasilan karier*, Alih bahasa, T. Hermaya.- Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002.
- Soemanto, Wasty *psikologi pendidikan: landasan kerja pemimpin pendidikan*, Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2006.
- Soewadji, Yusuf, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Mitra Wacana Media, Jakarta, 2012.
- Suharsono, *Melejitkan IQ, EQ, SQ*, Tangerang: Ummah Publishing, 2009.
- Sulistiyaningsih, kondisi kecerdasan spiritual dan ketentraman jiwa siswa MTs Mambaul Huda Tanjungrejo Margoyoso Pati, Skripsi, Semarang: Fak. Usuluddin IAIN Walisongo, 2015.
- Sukmadianata, Nana Syaodih, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2010.
- Suryabrata, Sumadi, *Metodologi Penelitian*, Raja Grafindo Persada, Jakarta, 1995.
- Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, ALFABTA, Bandung, 2010.
- Sukardi, *Metodelogi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*, PT Bumi Aksara, Jakarta, 2009.
- Tim LP2SDM-RTD, *Modul Panduan Dasar Senam Kecerdasan*.
- Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 *Tentang System Pendidikan Nasional (SISDIKNAS)*, Jakarta: Citra Umbara, 2003.

Yulianti, Enny, Meningkatkan kecerdasan spiritual melalui metode bermain anak usia 4-5 tahun semester 1 di TK nasima semarang tahun pelajaran 2012/2013, Skripsi, UNNES, 2012.

Zohar, Danah dan Marshall, Ian, *SQ: memanfaatkan kecerdasan spiritual dalam berfikir integralistik dan holistic untuk memaknai kehidupan* Bandung: mizan, 2002.

LAMPIRAN

LAMPIRAN A : Skala Kecerdasan Spiritual

SKALA PENELITIAN KECERDASAN SPIRITUAL

NAAA :

KELAS :

Petunjuk Pengisian

Berilah tanda silang (X) pada jawaban yang paling sesuai dengan keadaan Anda saat ini sesuai dengan pilihan jawaban yang diberikan, yaitu:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Contoh :

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	Saya suka mendengarkan musik	X			

SKALA 1: Kecerdasan Spiritual

Petunjuk: Bacalah dengan seksama setiap pernyataan, lalu berilah tanda silang (X) pada jawaban yang **menggambarkan diri Anda.**

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	Saya tahu tujuan saya sekolah				
	Saya memiliki sifat enggan menyakiti orang lain				
	Saya tidak mepedulikan nasehat orang tua saya				

	Saya merasa tidak mampu menyelesaikan masalah yang saya hadapi				
	Saya selalu mengeluh atas ketidak berhasilan saya dalam mengerjakan suatu hal				
	Saya tidak merasa bersalah jika saya menyakiti orang lain				
	Saya menyadari bahwa suatu kesabaran itu sangat penting				
	Saya marah ketika temen saya tidak mendengarkan nasehat saya				
	Saya lebih senang menilai orang lain dari pada menilai diri sendiri				
	Saya lebih senang mengerjakan hal-hal yang tidak baik				
	Saya tidak merasa bersalah jika melakukan ha-hal yang membuang orang lain jengkel				
	Saya mampu mengambil hikmah dari setiap masalah yang saya hadapi				
	Saya mampu menilai diri saya sendiri sebelum menilai orang lain				
	Saya membuat target, bahwa hari ini lebih baik dibandingkan hari kemaren				
	Saya enggan berkenalan dengan teman sekelas saya disaat baru pertama kali masuk sekolah				
	Saya merasa tidak sabar ketika ditimpa suatu penyakit				
	Saya menyadari bahwa setiap orang beriman pasti mendapat ujian dari Tuhan				
	Saya menerima dengan ikhlas ketika ditimpa penyakit				
	Saya sulit beradaptasi dengan lingkungan sekolah yang baru saya tempati				
	Setiap guru menjelaskan, saya biasanya asik ngobrol bersama teman saya				
	Saya mampu menerima ujian yang saya hadapi				
	Saya selalu bersyukur terhadap apa yang saya miliki saat ini				
	Saya sadar betul, ibadah itu adalah perintah Tuhan				
	Saya tidak sudi akrab dengan teman baru				
	Saya merasa Tuhan tidak senang kepada saya, ketika saya ditimpa penyakit				

	Saya tidak pernah mau membersihkan ruang kelas saya, meskipun sudah dijadwalkan				
	Saya sadar, bahwa kemudahan akan datang setelah kesulitan				
	Bagi saya, masa lalu adalah kenangan yang berarti				
	Saya tidak merasa bersalah ketika melanggar tata tertib sekolah				
	Saya tidak pernah peduli dengan kebersihan sekolah saya				

LAMPIRAN B : Skor Nilai Hasil Penelitian

Jumlah skor Nilai Skala Kecerdasan Spiritual Responden yang mengikuti Senam Kecerdasan dan yang tidak.

Respon den	Mengikuti Senam Kecerdasan	Tidak Mengikut Senam Kecerdasan	Respon den	Mengikuti Senam Kecerdasan
1.	76	91	23.	75
2.	82	88	24.	85
3.	90	95	25.	109
4.	89	79	26.	109
5.	95	89	27.	84
6.	83	90	28.	99
7.	82	85	29.	109
8.	98	92	30.	99
9.	77	84	31.	99
10.	88	78	32.	96
11.	86	82	33.	97
12.	86	93	34.	99
13.	86	91	35.	99
14.	89	97	36.	98
15.	102	83	37.	103
16.	91	96	38.	106
17.	99	69	39.	106
18.	99	69		
19.	82	80		
20.	100	73		
21.	86			
22.	99			

LAMPIRAN C: Hasil SPSS 16.0 *For Windows*

Hasil Uji Normalitas

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
SK	39	93.26	9.519	75	109
TSK	20	85.20	8.520	69	97

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		SK	TSK
N		39	20
Normal Parameters ^a	Mean	93.26	85.20
	Std. Deviation	9.519	8.520
Most Extreme Differences	Absolute	.152	.129
	Positive	.110	.083
	Negative	-.152	-.129
Kolmogorov-Smirnov Z		.952	.576
Asymp. Sig. (2-tailed)		.325	.894

a. Test distribution is Normal

Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

nilai

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.074	1	57	.304

ANOVA					
nilai					
	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	858.076	1	858.076	10.142	.002
Within Groups	4822.636	57	84.608		
Total	5680.712	58			

Hasil Uji Hipotesis

Group Statistics					
Kelompok		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
nilai	mengikuti senam kecerdasan	39	93.26	9.519	1.524
	tidak mengikuti senam kecerdasan	20	85.20	8.520	1.905

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
nilai	Equal variances assumed	1.074	.304	3.185	57	.002	8.056	2.530	2.991	13.122
	Equal variances not assumed			3.302	42.421	.002	8.056	2.440	3.134	12.979

LAMPIRAN D : Tabulasi Skor Skala Kecerdasan Spiritual

Tabulasi Skor Skala Kecerdasan Spiritual Siswa yang Mengikuti Senam Kecerdasan.

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Jml	
1	3	3	3	2	1	2	1	1	1	4	3	3	4	3	2	2	4	2	1	1	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	76	
2	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	4	4	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	82	
3	4	3	3	3	4	1	4	2	3	1	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	4	1	4	3	4	3	3	2	3	2	90	
4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	89	
5	3	1	3	3	3	2	4	2	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	2	95	
6	3	3	3	2	1	3	4	1	1	4	2	3	4	4	2	2	4	2	1	1	3	4	4	3	3	2	4	4	4	2	83	
7	3	3	3	2	1	1	4	2	1	4	3	3	4	4	2	2	4	2	1	1	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	2	82
8	3	3	4	4	3	1	4	2	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	3	4	2	2	98	
9	4	4	1	3	4	1	3	1	1	4	3	4	2	3	1	4	2	3	1	2	4	2	4	2	3	1	2	3	3	2	77	
10	3	2	3	3	2	3	4	3	3	1	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	4	1	4	3	4	3	3	2	3	1	88	
11	4	3	3	3	2	2	4	2	1	3	4	4	1	2	1	3	4	3	3	2	4	4	4	1	4	2	4	4	3	2	86	
12	4	3	3	3	2	2	4	3	1	2	4	4	1	2	1	3	4	3	3	2	4	4	4	1	4	2	4	4	3	2	86	
13	4	3	3	3	2	2	4	2	1	3	4	4	1	2	1	3	4	3	3	2	4	4	4	1	4	2	4	4	3	2	86	
14	3	3	3	2	2	2	4	1	2	4	3	3	2	3	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	4	3	3	2	2	3	89	
15	4	4	4	4	3	1	4	2	2	3	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	102	
16	3	3	4	3	3	1	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	1	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	1	91	
17	4	3	4	3	3	1	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	99	
18	4	3	4	3	3	1	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	99	
19	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	4	1	3	2	3	4	3	2	1	4	2	4	3	3	2	3	2	2	1	82	
20	4	3	4	3	3	1	4	2	4	4	4	4	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	100	
21	4	2	3	2	1	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	2	2	1	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	86	
22	4	3	4	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	99	
23	4	4	1	1	1	4	4	1	1	1	1	4	4	4	1	1	4	4	1	1	4	4	4	1	1	1	4	4	1	4	75	
24	3	2	4	2	3	2	4	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	3	4	3	3	3	2	2	85	
25	4	4	4	3	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	109	

26	4	4	4	4	3	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	109
27	3	1	3	3	3	2	4	2	3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	3	3	2	84
28	4	3	4	3	3	1	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	99
29	4	4	4	3	4	1	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	109
30	4	3	4	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	99
31	4	3	4	3	3	1	4	3	3	4	4	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	99
32	3	3	3	4	3	1	3	2	3	4	4	4	3	4	1	4	4	2	3	1	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	96
33	4	3	4	4	3	1	4	2	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	4	2	97
34	4	3	4	4	2	1	4	4	2	4	4	4	3	4	2	3	4	3	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	99
35	4	3	4	4	2	1	4	4	2	4	4	4	3	4	2	3	4	3	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	99
36	4	2	4	4	2	1	4	2	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	1	98
37	4	3	4	3	3	1	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	1	103
38	4	3	4	3	3	1	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	106
39	4	3	4	3	3	1	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	1	106

Tabulasi Skor Skala Kecerdasan Spiritual Siswa yang Tidak Mengikuti Senam Kecerdasan

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Jml
1	4	3	3	3	3	1	3	3	3	4	4	3	3	3	4	1	2	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	91
2	3	3	2	3	2	1	3	3	4	3	2	4	4	3	2	3	4	3	4	4	3	2	3	4	2	2	3	4	4	1	88
3	3	4	4	2	3	1	4	4	3	4	3	3	2	4	4	2	1	2	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	95
4	4	3	3	3	3	1	4	2	4	3	3	2	1	3	3	1	4	3	2	1	3	2	1	3	4	4	3	2	3	1	79
5	3	4	4	3	4	2	3	3	4	4	3	2	2	1	3	2	4	3	3	2	3	4	2	4	3	1	3	4	4	2	89
6	4	3	3	3	3	1	4	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	1	4	4	3	4	3	3	2	90
7	4	3	4	4	3	1	4	1	4	3	3	2	4	1	3	3	4	4	1	3	3	3	2	2	1	3	3	3	4	2	85
8	3	3	4	3	3	1	3	2	3	4	4	4	3	4	1	4	3	2	3	1	3	4	4	4	1	2	4	4	4	4	92
9	4	2	3	3	4	1	3	2	3	4	3	3	4	2	3	4	2	3	3	3	4	3	2	2	4	3	2	1	3	1	84
10	3	2	4	4	2	1	3	3	3	3	2	2	3	3	1	2	4	3	1	4	3	1	3	3	2	3	4	1	4	1	78
11	3	1	2	3	3	1	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	1	1	3	3	2	3	2	4	2	3	3	4	1	82
12	3	3	4	3	3	1	4	2	3	4	4	4	3	4	3	4	1	2	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	1	93
13	4	2	4	2	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	2	91
14	4	3	4	4	2	1	4	4	2	4	4	4	3	4	2	3	4	3	2	2	3	3	2	4	4	4	4	4	4	2	97
15	3	3	3	2	2	2	3	1	2	4	3	3	3	2	4	3	3	1	3	2	3	4	4	4	3	2	2	4	3	2	83
16	4	3	4	4	2	1	4	4	2	4	4	4	3	4	2	3	4	3	2	2	3	3	4	4	3	4	4	2	4	2	96
17	3	2	3	3	2	1	3	2	1	3	2	3	1	2	3	2	3	2	2	3	4	2	2	1	2	1	4	4	1	2	69
18	3	2	3	2	4	1	3	2	1	3	2	2	4	1	3	4	3	4	2	1	1	3	2	3	2	1	2	3	1	1	69
19	3	3	2	4	3	1	3	2	2	3	3	3	4	2	4	1	3	3	2	4	3	1	2	4	3	2	2	2	4	2	80
20	4	1	3	2	2	1	3	1	2	3	2	4	2	3	1	3	2	4	3	3	2	4	1	3	3	4	1	1	4	1	73

Gedung Sekolah SMA Al-Hasaniyyah





Peneliti Bersama Kepala Sekolah SMA Al-Hasaniyyah



Pelaksanaan Senam Kecerdasan



Peserta Melakukan Meditasi Bersama



Peneliti Bersama Pelatih-pelatih Nasional Senam Kecerdasan



Pelaksanaan Senam Kecerdasan Bersama



Peserta Senam Kecerdasan

RIWAYAT HIDUP

Nama : Muhammad Farid Muzakki
Tempat, Tanggal, Lahir : Grobogan, 20 April 1995
Alamat : Desa Boko Payung Rt/Rw 03/02
Kec. Sayung Kab. Demak
E-Mail : faridmuzakki28@gmail.com
No. Hp : 085641239951

Pendidikan Formal:

- TK Atamriyyah : (2000 - 2001)
- SDN 01 Tugu : (2001 - 2007)
- MTs al-Wathoniyyah : (2007 - 2010)
- MA al-Wathoniyyah : (2010 - 2013)
- Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang Angkatan 2013.

Pendidikan Non-Formal:

- Madin YATPI : (2002-2006)
- Madin al-Wathoniyyah : (2007 - 2009)
- Pondok Pesantren al-Itqon : (2008 - sekarang)